CUVANT DESPRE VALERIU POPA

Intrebarile nelinistitoare „de unde venim?, cine suntem? si incotro ne ducem?“ n-au incetat sa strabata generatiile una dupa

alta. Inca din timpuri antice omul s-a aplecat plin de interes asupra tainelor lumii. In antichitate, cei dotati cu o inteligenta

ascutita si capacitati native, se oranduiau sub conducerea unui mare preot cunoscator, exersat al tainelor naturii si cu

indemanare in cunostinte oculte. Zeci de ani, acestia se instruiau in locuri retrase in mijlocul naturii, practicand cu

rigurozitate ritualuri de curatire trupeasca si sufleteasca. In mijlocul materiei pipaibile concrete isi dezvoltau capacitatile prin

care desluseau codurile si semnalele trimise de lumea invizibila. Numai in momentul in care discipolul respectiv reusea sa

comande simturile si dorintele sale, sa respinga influent ele nefaste ale unor contacte sociale, in aceasta faza, dotat cu

cunostintele stiintifice apartinand tuturor domeniilor cercetate si posedand, in plus, virtutea de a fi lucid, discipolul devenea

el insusi o „Lumina“.

A fost un copil care adesea ii incurca pe cei mari cu intrebari mai deosebite inca de la varsta de 3-4 ani: „De ce e paznic la vie?“, „De ce e armata, cand zici cuvantul OM?“, „Cine este omul, de unde vine si unde merge?“.

Cautarile pentru a doua parte a corpului uman - partea energetica - au inceput sa-l preocupe tot din frageda copilarie. La varsta de 7 ani le dadea copiilor, prietenilor lui de joaca sa manance dovleac, spunandu-le ca este pepene, acestia mancandu-l cu nesat chiar cu coaja

cu tot. Mai tarziu, la liceu, cand diversi colegi se imbolnaveau, le facea frectii (masaje) dupa care ei spuneau ca se simt foarte bine. Si-a fixat in minte tot felul de „de ce“ - uri in cautarile sale de mai tarziu.

Cine a venit in casa noastra! Tu stii sau vei sti ce se intampla cu mine in anii care urmeaza“.

Apoi pe la 23 de ani, a aflat de lucrarea „ Din tainele vietii si ale Universului“ - autor Scarlat Demetrescu, in care erau relatate foarte multe raspunsuri pe care oamenii de stiinta le-au cautat din totdeauna. Explicatiile date stiintific unor fenomene necunoscute inca, i-au dat

A ajuns sa intre in corpul uman printr-o gandire inginereasca, plecand de la faptul ca la baza fiecarui efect exista si o cauza, concluzionand astfel ca nimic nu este intamplator, ca totul este programat de cineva sau ceva pe care-l vom explica prin cunoastere in anii ce vor

„Nu eu te vindec, tu te autovindeci, tu esti propriul tau vindecator, eu doar te sfatuiesc. Daca te faci ca faci, nu sari groapa, daca faci mai mult decat iti spun eu, o sa castigi. Asa ca: mingea e la tine...“, le spunea mereu bolnavilor.

Aparat circulator

Arterita obliteranta Se prepara tinctura de spanz. Se introduce intr-o sticla de culoare albastra, radacina de spanz rasa peste care se toarna alcool de 60° si se lasa la macerat 30 zile. La o parte de spanz se adauga 6 parti alcool. Se foloseste extern in comprese sau in masaje usoare. Dupa folosire spalati-va bine mainile, tinctura este foarte toxica.

Boli de inima, dereglari de circulatie a sangelui Se prepara vinul de ciubotica cucului. Se umple o sticla de 2 litri cu flori de ciubotica cucului si se toarna deasupra vin alb, de tara. Se lasa la macerat 14 zile la soare sau langa calorifer. Se ia cate o lingura de vin de 3 ori/zi cu 1/2 ora inainte de mesele principale.

Fragilitate vasculara Se consuma cate o farfurioara/zi de boabe de secara pisate si fierte, timp de 10 zile la rand.

Insuficienta cardiaca - Suc de dovleac din 1/2 kg. Se bea in 2 reprize, dimineata si seara. - Decoct din radacina de osul iepurelui, 4 linguri la un litru de planta, fiert 30 de minute la foc mic. Se beau 3-4 cani/zi. - Se beau sucuri de fructe, usor indulcite; berea este interzisa. - Se consuma banane, prune si caise uscate, smochine, curmale.

Tulburari de circulatie Se amesteca 400 g miere cu 3 litri vin alb si se lasa sa fiarba la foc mic 5 minute. Se adauga 150 ml suc de pelin si se mai lasa sa dea cateva clocote. Dupa ce s-a racit se imbutelieaza in sticle sterilizate. Se beau 150 ml de preparat dimineata pe stomacul gol. Dispare oboseala, creste puterea de concentrare, dispar palpitatiile, ameteala si senzatia de vid in cap.

Hipertensiune - Se fac 4 tincturi din: talpa gastei 20 g, rozmarin 20 g, roinita 20 g, vasc 40 g, paducel 40 g. Fiecare din aceste plante se pune in sticlute de 250 ml, dupa ce au fost maruntite; se toarna peste ele 200 ml alcool de 87°. Sticlele se inched ermetic. Se agita zilnic. Dupa 14 zile se strecoara prin tifon, se pune fiecare tinctura in cate o sticla care se inchide ermetic. Se consuma, cu 30 minute inainte de fiecare masa (de 3 ori/zi) principala cate 5 picaturi din fiecare, diluate intr-un pahar cu apa. Tratamentul dureaza cel putin 3-4 luni. - Se amesteca o lingura de radacina rasa de hrean cu o lingura de miere pana cand se obtine o pasta

omogena. Acest amestec se inghite in intregime dimineata inainte de micul dejun. Cura se tine 30 de zile si serepeta la fiecare 2 luni. Tratamentul se aplica de 4 ori/an, timp de 3 ani. In paralel, se bea o infuzie de leustean obtinuta din 2 linguri de frunze la o cana cu apa clocotita. Se infuzeaza 15 minute, se strecoara, se beau 2 cani/zi. Mult mai puternica este tinctura din 20 gr frunze + 20 gr radacini de leustean macerat 10 zile in 100 ml alcool de 70°. Se iau de 3 ori/zi cate 25 de picaturi diluate in jumatate de pahar cu apa.

Cardiopatie ischemica - timp de 30 de zile, in fiecare dimineata, se ia o lingura de hrean ras cu o lingurita de miere, inainte de micul dejun. Se poate repeta o data la fiecare 2 luni; - se bea infuzia de paducel, o lingurita la cana (200 ml apa clocotita) - 10 minute-o cana/zi

Curatarea venelor si arterelor de depuneri Intr-un litru de vin alb natural se pun la macerat 4-5 cepe rosii (aprox. 500 gr) tocate marunt. Separat se fierb la foc mic intr-un litru de vin alb 250 gr radacina de patrunjel si 2 legaturi de frunze de patrunjel pana lichidul scade la 500 gr. Se strecoara ambele preparate si se amesteca. Se adauga 150 ml miere. Se astupa bine recipientul si se lasa la macerat 7 zile, agitandu-se de cateva ori/zi. Dupa o saptamana se strecoara din nou. Se pastreaza la rece. Se consuma cate o lingura de 3 ori/zi cu o jumatate de ora inainte de mesele principale.

Normalizarea sistemului circulator Se face un amestec in parti egale din: salvie, paducel, cimbrisor, macerat la rece, 2 lingurite la cana timp de 10 ore. Se beau: 3 cani/zi timp de 6 saptamani; 2 cani/zi timp de 3 saptamani; o cana/zi in urmatoarele 2 saptamani. Se administreaza dimineata si seara inainte si dupa masa.

„Vin“ pentru boli de circulatie, inima, cardiopatie ischemica 10 radacini de patrunjel cu frunze cu tot, date prin masina de tocat se fierb intr-un litru de vin alb de tara timp de 15 minute. Se adauga apoi 300 gr miere de salcam si se mai fierb 1-2 minute, dupa care se raceste si se strecoara. Se pastreaza la rece. Se iau 3 linguri zilnic, inainte de mese, minim 100 de zile.

„Vin“ pentru circulatie Se preapara din: 2 litri de vin alb, 100 gr vasc macinat (rasnit), 200 ml suc de ceapa, 200 gr usturoi pisat, 200 gr miere poliflora. Se pun toate componentele la macerat intr-un borcan de 3-5 litri care se tine la soare sau la temperatura camerei timp de 14 zile. Dupa aceasta perioada (in care se amesteca zilnic cu o spatula de lemn), se strecoara, se pune in sticla inchisa la culoare si se pastreaza la frigider. Se consuma cate 50 ml de doua ori/zi cu 1/2 ora inainte de micul dejun si cina.Hipertensiune - se prepara un macerat la rece din: 3 lingurite de vasc uscat, 1 lingurita de rozmarin la o cana (250 ml apa). Se lasa de seara pana dimineata la temperatura camerei. Se beau 2 cani/zi dimineata si seara timp de 1 luna. - tinctura de talpagastei- se prepara din 20 gr planta la 100 ml de alcool de 70°. Se lasa la macerat 8 zile, dupa care se consuma cate 20-40 picaturi o data, de 3 ori/zi.

Arterita obliteranta Se pun la macerat timp de 14 zile in 750 ml alcool de secara (sau alcool de 38-40°) urmatoarele: 10 gr aloe frunze zdrobite, 5 gr rasina de brad, 2 gr sofran, 10 gr flori de salcam, 10 gr foi de dafin, 10 gr troscat, 10 gr gentiana, 10 gr frunze de frasin, 5 gr fenicul, 5 gr radacina de scaiete, 10 gr angelica, 10 gr boabe de ienupar pisate. Sticla se pune aproape de o sursa de caldura si se agita zilnic. Dupa 14 zile se strecoara si se pune in sticlute mici de culoare inchisa. Se ia cate o lingurita de 3 ori/zi inaintea meselor principale cu 15-20 minute. Se tine regim fara carne de porc, grasimi, alcool, cafea, tutun, otet, zahar, paine alba.

Ateroscleroza Se ia zilnic 1 lingura ulei de nuca (se procura de la plafar).

Vin pentru ateroscleroza, hipertensiune si pietre la vezica urinara Se macereaza 10 zile, 100 gr praz tocat intrun litru de vin alb natural. Se beau 50 ml in fiecare dimineata dupa micul dejun.

Arterita, boli de circulatie Se curata 4 catei de usturoi, se pun intr-o ceasca si se toarna peste ei o lingura de ulei de masline presat la rece. Se adauga putin patrunjel verde si o frunza de dafin. Se lasa la macerat amestecul pe timpul noptii. Se consuma preparatul dimineata pe stomacul gol cu o felie de paine prajita, timp de 3 luni.

Curatarea vaselor sanguine Se foloseste un amestec de plante: sunatoare, musetel, siminoc, muguri de mesteacan. O lingura de plante se infuzeaza 20 minute in 0,5 litri apa clocotita. 250 gr din cantitate se beau dimineata pe stomacul gol (se poate adauga o lingurita de miere), 250 gr se beau seara la culcare. Procedura se repeta 21 de zile.Curatarea vaselor (vene si artere) Se amesteca urmatoarele: un pahar de seminte de marar, 2 linguri de radacina de valeriana maruntita si 2 pahare de miere naturala. Se pun toate intr-un termos, si peste ele se toarna pana la 2 litri de apa clocotita. Se pastreaza 24 de ore in termos, apoi se strecoara. Se ia pe parcursul zilei cate o lingura din 30 in 30 de minute pana la terminarea lichidului.

Curatarea sangelui - Se consuma leurda in fiecare zi in salata timp de 2-3 saptamani. - Se iau cate 30 picaturi de tincture de nuci verzi de 2 ori/zi in cate un pahar cu apa sau ceai, dimineata si seara inainte de masa. - Se beau ceaiuri de papadie. – Una din mesele de peste zi sa fie numai o salata de cruditati, cel putin 3 saptamani. - Se face cura anuala cu urzici.

Circulatia sangelui Se prepara vinul de salvie: 80 gr salvie + 1 litru vin alb sec (curat) se lasa la macerat 8 zile. Se filtreaza. Se beau 100 ml inaintea meselor principale de 3 ori/zi. In acest pahar (de 100 ml) se va amesteca zeama de la o lamaie. Se beau 3 ceaiuri/zi din amestecul de plante: coada-soricelului, vasc, catina alba, in parti egale. Ceaiul se prepara dintr-o lingurita de amestec la 200 ml apa clocotita (infuzie 10 minute).

APARAT LOCOMOTOR

Artroza - Se aplica o pasta obtinuta din usturoi pisat amestecat cu apa, pe zona afectata. - Se amesteca 3 linguri de troscot cu 2 linguri de frunze de mesteacan si 2 linguri de fructe de maces. Se pune amestecul intr-un termos si se toarna deasupra un pahar de apa fiarta. Se lasa peste noapte, iar a doua zi se adauga in infuzie 2 lingurite de sare. Se inmoaie o carpa curata de bumbac in aceasta infuzie, se stoarce si se aplica pe locul bolnav. Se acopera cu ceva gros si se mentine cateva ore dupa care se repeta procedura. Tratamentul se face pana la disparitia bolii. - Se iau paie de ovaz, se toarna o cantitate corespunzatoare de apa si se fierbe 30 minute la foc mic. Se aplica cataplasme caldute. - Se toarna ulei de masline peste frunze tinere de nuc si se lasa timp de 3-4 ore, dupa care se aplica frunzele in 3-4 straturi pe locul bolnav. - Se aplica pe locul bolnav cataplasme cu ceapa tocata sau usturoi pisat.

Artroza, spondiloza - Se face o crema pentru masat locurile dureroase. Se pun la macerat frunze macinate de dafin in apa rece 24 de ore. Se strecoara si se adauga o cantitate dubla de osanza de porc. Se pun la fiert în „bainmarie“ 4 ore. Se strecoara prin tifon si se pastreaza la rece. - se pun comprese cu bitter suedez. - se consuma zilnic 1 si 1/2 litru de ceai de coada calului + urzica, in fiecare cana de ceai se pune cate o lingura de bitter suedez. - Se face cura cu tinctura de urzica timp de 5-6luni, cate 10 picaturi intr-o cana de ceai, de 3 ori/zi. - Se pun comprese cu frunze de varza zdrobite, in 2-3 straturi, de seara pana dimineata.

Lumbago - Frictie locala cu unguent preparat din 100 gr maghiran uscat + 500 gr untura topita + 1/4 litru ulei de masline. Amestecul se incalzeste in „bain-marie“ timp de 3 ore. - Se aplica local sticle cu apa calda, perna electrica sau ventuze. - Se fac bai calde pentru jumatatea inferioara a corpului cu: infuzie de coacaze (2 pumni), ace de pin (2 pumni) la 5 litri de apa timp de 10 minute.

Lombosciatica - Se consuma zilnic, timp de 6 luni cate 5 linguri de grau incoltit sub forma de terci + o lingurita de miere + o jumatate de lingurita de drojdie de bere. - Se fac frectii cu o jumatate de ceapa pe locurile dureroase. - Se beau 2-3 cani/zi de infuzie de soc (2 lingurite la o cana de apa clocotita). - Se pun cataplasme cu hrean ras amestecat cu putina apa si faina integrala. - Se fac frectii cu ulei de ienupar.

Guta, reumatism, artroza 3 felii de mar necuratat de coaja se fierb intr-un litru de apa timp de 15 minute. Se strecoara si se bea cantitatea pe parcursul unei zile. Tratamentul se face 3 saptamani. Se poate relua de 3 ori in cursul anului.

Reumatism - Se fierb 10 minute: o ceapa mare taiata fin, 4 linguri de ulei de masline, 150 ml apa si 40 gr untura nesarata. Se bea foarte calda mai multe seri la rand. Dupa 2 ore, la culcare, se bea un decoct de crusin (o lingurita la cana, fiert 3 minute). Tratamentul se face o data pe an timp de 7 zile. - Se pun 8 linguri de piper negru macinat intr-un litru de rachiu tare si se lasa la macerat 5-7 zile. Se filtreaza si se maseaza cu aceasta solutie zonele dureroase de 2-3 ori/zi.

Ciocuri pe coloana - Alifia de sanziene: 20 g planta uscata, bine maruntita se pun la macerat timp de 12 ore in 30 ml spirt sanitar, intr-un borcan inchis ermetic. Se adauga 200 ml ulei de masline si se tine in „bain marie“ timp de 3 ore, agitand vasul din cand in cand. Se lasa in repaus 3 zile, dupa care se filtreaza. Dupa filtrare, se pune intr-un vas pe foc si se adauga 50 g ceara de albine, amestecandu-se continuu pana se topeste. Dupa racire, se pastreaza la rece. Se fac frictionari de-a lungul gr cimbru. Peste aceste plante, intr-un borcan, se adauga 500 ml spirt sanitar. Borcanul se inchide ermetic si se lasa la macerat 15 zile, agitandu-se din cand in cand. Se filtreaza si se pastreaza in sticle de culoare inchisa. Cu aceasta tinctura se pun comprese pe zona afectata, tinandu-se de seara pana dimineata.

Osteoporoza, reumatism Se prepara o solutie din: 1/2 litri alcool medicinal + 50 aspirine pisate + 2 linguri de sare de lamaie. Se lasa la macerat 2-3 zile, agitand de cateva ori pe zi pana se dizolva complet. Cu acest preparat va ungeti seara locurile dureroase.Osteoporoza - Se amesteca 3 varfuri de cutit de piper negru cu un pahar de sare grunjoasa si 1/2 litru de coniac. Se lasa la macerat 5 zile. Se pun apoi comprese cu aceasta solutie pe locurile dureroase. - Se ia cate o lingurita de tinctura de marar diluata intr-o jumatate de pahar cu apa de 3-4 ori/zi, minim 6 luni. Tinctura se prepara din 20 de linguri de seminte de marar care se amesteca cu 1/2 litru alcool alimentar de 70° si se lasa la macerat 8 zile, dupa care se filtreaza. Se pastreaza in sticlute mici, inchise la culoare.

Boala oaselor de sticla (boala Lebstein) Se pun seara la macerat intr-un litru de apa (intr-un borcan), la temperatura camerei, 500 ml otet de mere (de preferinta preparat in casa) si cate 25 gr de coada calului si 25 gr troscot. Dupa 12 ore se strecoara acest preparat si se bea pe parcursul unei zile, indulcit usor cu miere naturala. Se foloseste 10 zile/luna, minimum 6 luni.

Leziuni ale coloanei vertebrale Pentru masarea zonelor dureroase se foloseste un ulei de masline presat la rece combinat cu pulbere de ardei iute.

Dureri ale coloanei vertebrale Se amesteca o cana de hrean ras si o cana de malai si se pun intr-o bucata de material de bumbac. Se unge pielea cu osanza de porc si apoi se aseaza compresa. Se tine 45 de minute. Se repeta cel putin 3 zile.

Monturi - Se tamponeaza in fiecare seara cu tinctura de iod. - Se fac bai calde la picioare cu un pumn de sare de Bazna la un lighean de apa. Volumul monturilor se reduce si deseori cedeaza si pintenii. - Într-un borcanel se pun 10 lame de ras peste care se toarna un pahar de otet din vin. Se lasa o luna pana cand otetul isi schimba culoarea. Seara, se pune vata imbibata in acest otet pe monturi, apoi se prinde cu un leucoplast si se pune o soseta. Se lasa peste noapte sa-si faca efectul. Dimineata, vata se arunca. Spalatul pe picioare este interzis pana la terminarea tratamentului. Procedeul se poate repeta. Dureri de calcaie Hrean ras foarte fin cu 2-3 picaturi de gaz (de lampa) se fixeaza pe locul dureros cu un bandaj obisnuit, apoi se aplica o soseta. Se aplica de seara pana dimineata. Se repeta pana

cand durerea dispare. Daca apare o alergie pe piele, se face pauza cateva zile, timp in care se unge locul cu alifie de galbenele.

Carcei Se umple un saculet de panza cu pedicuta uscata de la plafar. Se pune pe picioare sau unde apare carcelul. Se doarme cu el. Pedicuta din saculet se inlocuieste cu alta dupa un an.

ORGANELE DE SIMT

Miopia Se prepara o infuzie (10 min) dintr-o lingurita de frunze de corn la o ceasca (150 ml) apa clocotita. Se strecoara lichidul, se raceste si se inmoaie in el un tifon sterilizat. Fara a-l stoarce se pune pe ochi timp de 20-30 minute si se clipeste din pleoape din cand in cand pentru ca lichidul sa patrunda inauntru. Compresa se aplica alternativ 3 zile da si 3 zile nu. Tratamentul se face 18 zile si se poate relua dupa o luna. In aceasta perioada nu stati in camere cu lumini fluorescente si nu va uitati la televizor. Daca se observa o imbunatatire a vederii nu mai purtati ochelari.

Blefarita Se clatesc zilnic ochii cu suc proaspat de morcovi.

Toate bolile de ochi - In fiecare dimineata se pun in ochi cate 3 picaturi din propria urina proaspata, colectata din jetul de mijloc. - In fiecare seara se pune in ochi o picatura miere diluata cu ser fiziologic (1:1). - Se consuma alimente bogate in vitamina A si C. - Solutie 5-10% de propolis in apa calda - se pun 3-5 picaturi in fiecare ochi . (Se piseaza propolisul uscat, apoi se dizolva in apa calda si se filtreaza).

Oftalmie Se fierb 100 gr frunze de vita-de-vie in 300 ml apa, timp de 15 minute. Dupa racire, se strecoara. Se fac spalaturi, de 3 ori/zi inmuind un tampon de vata in acest preparat. Acest ceai nu trebuie pastrat mai mult de 24 de ore.

Boli de ochi Este o reteta practicata de vechii fenicieni descoperita pe tablitele din manuscrisul de la Cairo. Se iau 200 gr ficat de vaca si se fierb in apa cateva minute, apoi se pune un prosop peste cap si se face baie de ochi cu aburii ficatului timp de 10 minute, dupa care se sta cu prosopul pe ochi pana se raceste. Se repeta procedeul 10-14 zile. Rezultatul este foarte bun in: cataracta, miopie, prezbitism.

Cataracta - Se pune cate o picatura de suc de pin in ochiul bolnav timp de 10-15 zile. - In fiecare zi, timp de o luna se mananca 3 morcovi cruzi dimineata pe stomacul gol. - Se bea zilnic 1 litru de suc proaspat din morcovi, patrunjel si telina dimineata pe stomacul gol, de preferat intre orele 7.00-11.00. Se poate manca dupa ora 12.00. - Se face un amestec din: 20 gr silur, 20 gr valeriana, 20 gr musetel, 10 gr verbina si 30 gr flori de soc. Se oparesc 5 linguri din acest amestec in 1/2 litru de vin alb. Aburul este lasat sa actioneze asupra ochilor inchisi.

Conjunctivita Timp de 2 saptamani se pun comprese calde cu ceai de albastrele si concomitent se aplica, seara si dimineata, pe gene o pelicula subtire de ulei de ricin.

Glaucom ocular - o lingura de fenicul si o lingura de patrunjel se fierb in 100 ml apa pana scade la jumatate. Cu acest lichid se pun 3 comprese intr-o zi. - o lingura de rostopasca se fierbe in 100 ml apa pana ce ramane cam o lingura de lichid. Mai intai se pune pe ochi compresa inmuiata in decoctul de fenicul si patrunjel si se lasa 5 minute, apoi se pun cate 2 picaturi din ceaiul de rostopasca in fiecare ochi. De obicei, dupa 12 zile vindecarea este completa.

Otita - local se pun saculete calde cu sare sau malai; - propolis in solutia alcoolica de 30°; se imbiba o mesa de tifon si se pune seara in ureche; - bitter suedez combinat cu ulei cald de cimbru; Se picura 1-2 picaturi de ulei cald de cimbru in ureche, apoi dupa un minut bitter-ul suedez tot 1-2 picaturi.

Hipoacuzia Se introduce in ureche un tampon de vata subtire si lung imbibat in ulei de ricin (tamponul trebuie sa ajunga cat mai aproape de timpan). Se tine de seara pana dimineata. Rezultatul se va simti dupa primele 4-5 zile.

Afte Se badijoneaza gura de mai multe ori pe zi cu un decoct concentrat de afine: 10 gr la 1/2 litru apa, fiert 10 minute.

Sinuzita - inhalatii cu musetel - masaj zilnic a fruntii, tamplelor, nasului cu ulei de mustar - se consuma hrean ras cu suc de

lamaie cate o lingurita de 2 ori/zi dimineata si seara, dupa care, timp de 30 de minute nu se mananca si nu se bea nimic.

Tratamentul se poate face pana la 1 an. Laptele si produsele lactate se exclud din alimentatia bolnavilor de sinuzita. Se prepara

un ceai din: cimbru, ienupar, muguri de pin, coada soricelului, tataneasa, musetel, salvie in parti egale. Se face infuzie dintr-o

lingura de amestec la 250 ml apa. Se lasa 3 minute. Se beau 3 cani/zi - ceaiul va fi caldut si indulcit cu miere. Se mesteca zilnic o

lingura de capaceala de miere de albine. Extern, se pun cataplasme din cartofi cruzi dati pe razatoarea mare.

Eliminarea polipilor Se prepara un macerat de anason. 15 gr de anason se maruntesc intr-o piulita de lemn, se pun

intr-o sticla si se toarna deasupra 100 ml spirt medicinal. Totul se macereaza 10 zile intr-un loc intunecos, agitand periodic

continutul. Cand este gata, se strecoara maceratul care apoi se dilueaza cu apa distilata in proportie de 1:3 (o parte macerat cu

trei parti apa). Se pun 10 - 15 picaturi, de 3 ori/zi pana la disparitia polipilor.

Psoriazis - Se prepara un unguent din untura de porc netopita (apasata cu o lingura pana cand devine ca o pasta) si tot

atata pucioasa (sulf). Pasta astfel preparata se tine la intuneric. Se face apoi un ceai : 2 linguri de marul-lupului la o cana cu apa

se fierb 10 minute, apoi se strecoara. In fiecare seara se spala locul bolnav cu acest ceai caldut, apoi dupa ce pielea se zvanta

putin, se unge cu unguentul cu sulf. Tratamentul se face pana la vindecarea totala. In timpul tratamentului nu spalati cu sapun

partea afectata de psoriazis. - Se unge cu ulei de seminte de in zona afectata. - Alifie preparata din: suc de rostopasca 5 gr sau

suc proaspat de nalba 5 gr, amestecat cu 50 gr osanza de porc. Cu aceasta se vor unge de 2-3 ori/zi zonele afectate. - Se ung

zonele afectate de 2-3 ori/zi cu urina proaspata a persoanei bolnave timp de 10-15 zile. Dupa o pauza de 10 zile se poate relua

procedura. - Se scoate din alimentatie obligatoriu cartoful. - Se consuma infuzie de tataneasa o cana/zi. - Se consuma infuzie de

rostopasca o lingurita la 250 ml apa clocotita. Se ia cate o lingura din 3 in 3 ore. - Se fac bai de cimbru, pelin, soc, busuioc,patlagina, galbenele, urzica, cicoare, mesteacan, coada racului. - Se face cura interna cu ulei de seminte de in timp de 21 de zile

cate 7 linguri/zi, apoi doza de intretinere: 2 linguri/zi. - Baie generala cu sare grunjoasa in fiecare seara. - Plagile se spala de 2-3

ori/zi cu infuzie de galbenele si se ung cu o alifie preparata din: cativa catei de usturoi proaspeti, curatati de coaja si zdrobiti,

amestecati cu putin ulei de susan pana se obtine o pasta omogena. Acest tratament stopeaza evolutia bolii si plagile incep sa se

restranga.

Boli de piele grave, psoriazis, acnee Timp de 30 de zile se ia tinctura din boabe de soc. In prima zi se ia o

lingurita diluata in jumatate de pahar cu apa dimineata pe stomacul gol. In a doua zi , se iau 2 lingurite,....., pana in a saptea zi

cand se iau 7 lingurite si se mentine aceasta doza pana in a 30-a zi. Prepararea tincturii: se stoarce un suc din fructele de soc

neajunse complet la maturitate (au culoare rosie spre violet). Sucul se combina in proportie de 1:1 cu alcool alimentar de 90°,

apoi se pune in sticle mici inchise la culoare. Preparatul are actiune de dezintoxicare extrem de puternica, favorizand vindecarea

acestor boli.

Ceai pentru psoriazis Se face un amestec in parti egale din: cimbrisor, coada calului, galbenele, trei frati patati, urzica.

Se face infuzie dintr-o lingurita la o cana (250 ml) apa, 10 minute. Se bea 1 si 1/2 ceai/zi.

Ceai pentru tratamentul extern al psoriazisului Se face un amestec din: 40 gr coaja de

salcie, 40 gr scoarta de stejar, 20 gr seminte de in, 20 gr flori de arnica, 20 gr flori de galbenele, 20 gr flori de ventrilica, 20 gr

flori de lumanarica, 20 gr radacina de scai, 20 gr fructe de ienupar. Se pune o lingura de amestec in 300 ml apa clocotita. Se lasa

15 minute la infuzat. Se strecoara. Se inmoaie bucati de tifon in infuzia calduta, se storc si se aplica pe zonele afectate.

Compresele se schimba o data la 30 minute.

Lupus eritomatos si tuberculos Este o boala autoimuna, de piele. Se fierbe in 3 litri de apa timp de 30 de minute

urmatorul amestec: rostopasca 5 gr, marul-lupului 3 gr, galbenele 70 gr, plop negru 40 gr. Cu el se fac spalaturi locale si se pun

comprese de 3 ori/zi. Pentru consumul intern, se fierbe un amestec 30 minute intr-un litru si jumatate de apa din : rostopasca 3

gr, marul-lupului 1 gr, galbenele 10 gr, plop negru 21 gr. Se beau cate 50 ml de ceai, de 3 ori/zi, inaintea meselor cu 30 de

minute.Acnee juvenila Se consuma 1 litru ceai de urzica/zi. Dimineata si seara se aplica pe fata umezita otet de hrean si se lasa

sa-si faca efectul 10 minute. Se clateste apoi fata cu apa calduta. Prepararea otetului de hrean: se introduce hrean ras intr-o

sticla si se toarna peste el otet de fructe. Se lasa 10 zile la temperatura camerei. Se strecoara si se pastreaza la rece.

Eczeme - Comprese locale cu apa de mare (apa in care s-a dizolvat sare de mare) sau cataplasme reci cu suc de cartofi. Se

beau 3 cani de infuzie de trei-frati-patati (o lingurita de planta la o cana de apa clocotita, infuzat 10 minute). - Se face o pasta din

frunze proaspete de busuioc si putin ulei de masline presat la rece. Se aplica pe zona afectata. - Se face o pasta din scortisoara si

suc de lamaie si se pune zilnic pe locul afectat.

Eczeme, herpes si arsuri Se foloseste „ulei de galbenus de ou“. Se iau galbenusurile de la cateva oua fierte tari, se

inteapa cu o sarmulita si se tin deasupra unei flacari de lumanare. La suprafata galbenusurilor apar niste picaturi. Acestea sunt

folosite ca „ulei“ pentru ungerea locurilor afectate. Se aplica seara la culcare.

Vitiligo Suc de telina, se beau cate 100 gr la pranz si cate 100 gr seara, cu 1/2 ora inainte de masa. Cu tinctura de telina se

ung zonele depigmentate. Ea se prepara prin macerare timp de 10 zile a frunzelor si radacinii rase de telina in palinca.

Acnee Se spala tenul cu un decoct 10 minute, din 2 lingurite la 300 ml apa din amestecul de plante: tintaura, coada-calului,

iedera, pelin, menta, galbenele la care se adauga 6 linguri de otet de mere dupa racire. Dupa zvantare se tamponeaza usor

pielea cu tinctura de propolis 15 %. Seara, se maseaza pielea obrazului cu o crema pe baza de propolis.

Cosuri si acnee Se pune pasta de menta (obtinuta din frunze proaspete) pe zonele afectate si se lasa peste noapte.

Herpes, bube dulci Se ung locurile afectate cu muguri de plop fierti in untura (osanza)si ceara de albine. Se unge cu

albus de ou batut spuma locul afectat de 5-7 ori/zi si herpesul dispare. Bube dulci Morcov copt si sfaramat se aplica pe bube.

Zona Zoster Se topesc intr-un vas 100 gr ceara curata de albine, 50 ml ulei de masline, 25 gr rasina de brad si 250 gr unt,

uleiul se adauga la final. Compozitia se strecoara, apoi se amesteca cu o spatula de lemn pana la racire. Crema se pastreaza la

rece in recipiente de sticla. Se foloseste de 3 ori/zi punandu-se un strat subtire pe locurile afectate de boala. Intern se iau 20

picaturi de tinctura de propolis diluata, de 3 ori/zi inainte de masa.

Pistrui - Se tamponeaza pistruii cu suc de patrunjel - In 2-3 linguri de ulei de masline se fierb cateva frunze de spanac, bine

maruntite, pana se inmoaie. Se aplica sub forma de masca pe fata timp de 30 de minute.

Inflamatii ale pielii Se fierb putin in ulei laptuci proaspete. Se pun cataplasme pe piele de 2-3 ori/zi cate 20 minute.

Rani, arsuri, acnee Se prepara o alifie din : galbenele 50 gr, patlagina 50 gr, pelin 25 gr, radacina de tataneasa 25 gr.

Plantele se fierb in osanza de porc 15 minute. Se lasa sa stea o zi preparatul, iar a doua zi se incalzeste in „bainmarie“ si se

strecoara si se pastreaza la rece. Se ung zonele afectate.

Pecingine Se unge zona afectata cu suc proaspat de nuca verde.

Rani cu puroi Se spala locul afectat cu decoct concentrat de pelin.

Ihtioza (nehidratarea pielii) Se ung regiunile afectate de 3-4 ori/zi cu ulei de catina alba.

Intretinerea tenului - Se ia cate o lingurita de drojdie de bere uscata de 3 ori/zi cate 2 saptamani, pauza 10 zile, apoi

alte 2 saptamani s.a.m.d. - Se rade o sfecla rosie si se amesteca cu iaurt. Se pune o masca pe fata si se lasa sa se usuce. Se

indeparteaza cu apa calda. - Se curata cativa cartofi si se rad pe razatoare mica. Pasta se intinde pe obraz si frunte, iar cojile se

aseaza pe nas. Se lasa sa actioneze o ora, apoi se spala fata. Pielea se catifeleaza si ridurile dispar. - Tenul iritat se spala cu apa

de ploaie in care a stat un pumn de tarate de grau cateva ore. - Pentru iritatii ale tenului insotite de mancarimi, se fierbe o

legatura de marar verde intr-un litru de apa. Dupa racire, se spala cu lichid locurile afectate.Prevenirea ridurilor Se amesteca foarte bine : 90 gr faina de orz, 35 gr miere si un albus batut spuma. Se aplica pe fata

si se lasa 10-15 minute. Se spala cu apa calduta.

Alergii insotite de mancarimi ale pielii, dermatite Doua linguri de telina rasa se pun in 200 ml apa rece, se

acopera vasul pentru 2 ore la temperatura camerei. Lichidul obtinut se bea in cursul zilei in cateva doze.

Rani Se prepara o crema astfel: se amesteca rasina de pin si untura in parti egale si se fierb in „bain marie“. Se ung zonele

afectate.

Urticarie - Se aplica pe piele de 2-3 ori/zi Propolis-spray 10%, dupa care se unge cu crema de propolis. - Se bea infuzie din

radacina de brusture. Se prepara din 15 gr pulbere de radacina la 300 ml apa clocotita timp de 30 minute. Se bea o cana /zi. -

Infuzie de coacaz-negru, 5 gr la 200 ml apa clocotita, 10 minute. Se beau 2-3 cani/zi. - Se pun local cataplasme cu infuzie din

musetel, trei-frati-patati si papadie.

Celulita Se pun la macerat intr-un vas: 30 gr boabe de ienupar, 20 gr treifrati-patati, 20 gr cretusca, 10 gr frunze de salvie,

10 gr flori de soc in 750 ml spirt sanitar. Se acopera vasul si se lasa timp de 2 saptamani intr-un loc intunecos si rece. Se agita

maceratul zilnic cu o lingura de lemn. Se filtreaza printr-un tifon curat si se pune preparatul in sticlute inchise la culoare. In

fiecare seara, dupa dus, se agita recipientul. Se umezesc palmele si se frictioneaza abdomenul, coapsele si picioarele timp de 10-

15 minute cu aceasta solutie. Se repeta zilnic 4-5 saptamani, sau cat este necesar.

Crapaturi sangerande si dureroase ale calcaielor O cutie de alifie de galbenele se amesteca toata cu

ceapa data pe razatoarea mica. Se tine la frigider si va ungeti in fiecare seara talpile si calcaiele, apoi va culcati cu sosete.

Bataturi - O ceapa taiata in doua se coace pe o tabla la flacara de aragaz, apoi se stropeste cu otet (preferabil de mere). Se

aplica pe batatura, se fixeaza cu un pansament si se tine timp de 12 ore. - Se unge batatura cu ulei de ricin, dupa care se aplica

un pansament cu propolis topit la foc. - Se pune seara pe batatura un pansament cu coaja de lamaie pe care a ramas si putin

miez. Micoza la unghii - Se face o cafea tare si se inmoaie degetele bolnave in mod repetat de 5-10 ori/zi cate 10 minute. -

Se baga degetele intr-un vas cu otet diluat 1:1 cu apa, dimineata, pranz si seara cate 1/2 ora. - Seara la culcare se pune o vata cu

otet pe unghiile bolnave infasurandu-le in plastic. Dimineata se racaie partea moarta a unghiei. Se repeta pana la vindecare. Intro luna cresc unghii sanatoase.

Ingrijirea mainilor Se amesteca bine: 3 linguri glicerina, 1 lingurita miere, o jumatate de pahar de apa, o lingurita

amoniac, un varf de cutit de borax. Se agita inainte de intrebuintare.

Panaritiu - Se pune frunza de aloe taiata si se leaga degetul. - Se pune zahar pudra pe locul cu puroi. Zaharul absoarbe

secretiile si distruge mediul prielnic inmultirii microbilor. - Se imbiba in tinctura de propolis o compresa si se pune pe locul bolnav,

apoi se inveleste cu o folie de plastic.

Ciuperca pe talpi Timp de 10 zile se pune pe suprafata afectata putina vata inmuiata in albus de ou. Este de preferat sa

se stea cu ea toata noaptea. Ciuperca se va sufoca si pielea se va vindeca frumos.

Negi plantari - Se ung cu ulei de ricin. - Se maseaza cu sare de bucatarie. - Se maseaza cu coaja verde de nuca. - Se

tamponeaza cu tinctura de rostopasca.

Negi pe limba si amigdale Gargara si spalaturi bucale de 3 ori/zi timp de 15-20 minute, fiecare repriza se face dintrun amestec de: 5 ml tinctura de propolis cu 5 ml infuzie de galbenele. Tratamentul dureaza 21 de zile. De 2 ori/zi timp de 45 de

minute se tine in gura ulei de ricin. Se continua tratamentul pana la disparitia totala a formatiunii.

Arsuri si degeraturi Se ung zonele afectate cu ulei de catina (se procura de la Plafar).

Retete impotriva caderii parului - Se pregateste un decoct din 30 gr radacini maruntite de brusture la 1 litru de

apa. Se fierbe pana scade la jumatate si se freaca zilnic pielea capului. - Se amesteca pulbere rasnita din coada-soricelului sau

pulbere rasnita din tulpina de in cu ulei de masline. Se freaca zilnic pielea capului cu acest amestec. - Se aplica pe pielea capului

un amestec dintr-o lingura de alcool de 40° si un galbenus de ou crud. Dupa 40 de minute se clateste parul cu apa calda. - Se

prepara o tinctura de ardei iute (20 gr de pulbere de ardei iute in 100 ml alcool 40° timp de o saptamana). Se fac frectii cu ea de

2-3 ori/saptamana masand radacina parului. - Se amesteca o ceapa rasa pe razatoarea mica cu o lingura de ulei de ricin si 10 ml

vitamina A. Zilnic se pun comprese timp de 5 ore. Se spala apoi parul cu apa calda. - Se face un amestec din 100 gr urzica, 2

linguri otet in 500 ml apa care se fierb 30 de minute. Se maseaza pielea capului zilnic, timp de o saptamana.Dureri de dinti - Se frictioneaza gingia cu o bucatica de slanina de porc timp de 15-20 minute. - Se face un amestec de

ceaiuri din: tataneasa, musetel, coada-soricelului si pelin in parti egale. Se folosesc 2 lingurite de amestec la 200 ml apa si se

fierb 30 de minute la foc mic. Dupa racire se face gargara si se tine in gura cat se poate de mult, dupa care se arunca.

Sangerari ale gingiilor Se face o infuzie concentrata dintr-o lingurita de scortisoara la o cana de apa clocotita, timp de

15 minute. Se fac clatiri ale gurii de 2-3 ori/zi.

Paradontoza - Se face un amestec de plante in parti egale din: musetel, salvie, coada-calului, turita mare. Se infuzeaza 10

minute o lingurita din amestecul de plante la 200 ml apa. Se strecoara si se pune o lingura de tinctura de nuci verzi. Se clateste

gura prelung si se arunca. - Se vor lua de 3 ori/zi cate 40 de picaturi (o lingurita) de tinctura de propolis. Se tin in gura 5-10

minute, apoi se inghit. - Se sug 4-6 tablete/zi de PROPOSEPT (preparat apicol). - Se vor mesteca zilnic 4-5 gr de propolis, care se

vor inghiti ulterior pana la vindecare. - Se mesteca zilnic radacina de hrean.

Durere de masea Se piseaza o cuisoara si se pune la masea. Efectul anesteziant este aproape instantaneu.

Alunite, semne din nastere, dereglari de pigment, keratoza senila (pete de batranete),

negi si hemangioame Frunze de cedru sau chiparos, se spala, se taie marunt si se umplu cu ele o sticla pana la gat. Se

completeaza cu rachiu de secara de 38°-40° si se lasa la macerat 10 zile la soare sau langa calorifer. Cu aceasta tinctura se

tamponeaza locul afectat (semnul) de mai multe ori/zi.

GLANDELE ENDOCRINE

Fortificarea sistemului imunitar Fortificarea sistemului imunitar Se pune intr-o ceasca drojdie de bere alimentara

cat o nuca si o cantitate egala de miere, deasupra. Se lasa sa stea 10 minute, apoi se amesteca bine. Se mananca dimineata si

seara inainte de mese 4 zile/luna.

Anemie Se prepara un lapte tonifiant: Intr-un vas de sticla se pun urmatoare alimente: 1/2 litru lapte dulce, 4 linguri drojdie

de bere, o ceasca de lapte praf degresat, o lingura de miere de albine. Se amesteca pana se dizolva mierea complet. Se mai

adauga 1/2 litru lapte prospat. Se bea o cana intre mese si una seara la culcare. Cantitatea ajunge pentru 2 zile. Drojdia folosita

trebuie sa fie proaspata. Tratamentul se face cate 10 zile cu 10 zile pauza.Tonic general Se umple o sticla de 0,5 litri cu usturoi pisat peste care se adauga alcool. Se pastreaza preparatul doua

saptamani la caldura, dupa care se strecoara. Doza: o data/zi, inainte de masa incepand cu 2 picaturi si adaugand in fiecare zi

cate o picatura pana se ajunge la 25 de picaturi. Apoi se micsoreaza doza descrescand in fiecare zi cu o picatura pana se ajunge

la 0 picaturi. Tratamentul se face de 2 ori/an.

Tonic pentru sistemul imunitar Tonic pentru sistemul imunitar - Timp de 3 saptamani se bea in fiecare

dimineata sucul obtinut prin mixare de la 3 catei de usturoi pe stomacul gol. Nu se mananca nimic pana la pranz. Se face cura o

data pe an, de preferat iarna. - Se prepara un macerat din usturoi astfel: se curata 2 catei mari de usturoi, se piseaza bine si se

pun in 250 ml vin alb. Se lasa la macerat o saptamana. Se ia in fiecare dimineata timp de o saptamana cate o lingurita de

macerat pe stomacul gol.

Tonic general si imbunatatirea circulatiei sangvine Se face un suc (mixat) din 2 morcovi mari, 2 catei de

usturoi si o radacina de patrunjel. Se bea in fiecare dimineata pe stomacul gol timp de 10 zile.

Tonic pentru sistemul imunitar si pentru intarirea memoriei Se pun intr-un borcan de 800 gr : 1/2 kg

miere, 100 gr samburi de nuca maruntiti si 3 linguri de polen. Se lasa borcanul la intuneric 7 zile. Se ia cate o lingurita de 3 ori/zi

dupa fiecare masa.

Carente vitaminice, anemie, rahitism, convalescenta, batranete, boli grave Sucul

din 2 kg de lamai se amesteca cu pulberea obtinuta din rasnirea a 10 coji de oua de tara. Se pastreaza intr-un borcan la loc

intunecos timp de 10 zile, amestecandu-l o data pe zi cu o spatula de lemn. Dupa aceasta perioada, se strecoara prin tifon.

Separat se sparg 10 oua, se bat bine si se toarna peste sucul proaspat strecurat. Se mai tin inca 5 zile amestecandu-l o data pe

zi. Apoi, se va turna in borcan 1 kg miere poliflora amestecandu-se zilnic de 2-3 ori cu o spatula de lemn. Spuma care se

formeaza se arunca timp de 3 zile. Se adauga apoi 1 kg de nuca macinata, 100 ml alcool de 40°. Se va pune amestecul in

borcane mici care se inchid ermetic si se pastreaza la frigider. Produsul se va consuma in 30 de zile. Ce nu s-a consumat se va

arunca. Se administreaza : - la copii : o lingurita de 3 ori/zi - la adulti : o lingura de 3 ori/zi Cei slabi vor lua la 30 de minute dupa

masa. Cei grasi vor lua chiar inainte de masa, taind in acest fel pofta de mancare. Singurii care nu au voie sa consume produsul

sunt bolnavii de diabet.

Scaderea colesterolului De 3 ori/zi se inghite cate o lingurita de boabe de mustar cu 30 minute inainte de masa. Dupa

3 saptamani, colesterolul ajunge la limita normala, iar dupa 3 luni se normalizeaza lipidele. Acest tratament cu seminte de

mustar, este foarte bun si in tratarea ulcerului gastric.

Diabet - Infuzie din urmatorul amestec: 4 linguri coacaze negre, 3 linguri frunze de mesteacan, 3 linguri fumarita si 3

linguri de eucalipt. O lingurita de amestec se opareste in 200 ml apa si se infuzeaza 3 minute. Se bea dimineata pe stomacul gol.- Decoct 5 minute la 200 ml apa din: 3 linguri sclipeti, 2 linguri teci de fasole. Se bea cantitatea pe parcursul unei zile. - Se bea

zilnic, pe stomacul gol, timp de 10 zile sucul de la 3 cartofi cruzi. Se face o pauza de 20 de zile, apoi tratamentul se reia. In zilele

de pauza, se consuma sucurile urmatoare alternativ, o zi unul, o zi altul: - 750 ml suc de morcov + mar - 750 ml suc de morcov +

varza

Pancreatita Se pune o lingurita de radacina de obligeana sfaramata in 1/4 litru de apa rece si se lasa de seara pana

dimineata. Continutul se incalzeste dimineata in „bain-marie“, se strecoara si se bea cate o inghititura inainte si dupa mese. O

cura dureaza 3 saptamani, dupa care se face pauza 10 zile si se poate relua. Principalul element chimic al pancreasului este

potasiul, deci, se recomanda consumul de legume bogate in potasiu: telina, patrunjel, dovleac, fasole verde-sub forma de supe

sau piureuri

Obezitate Se amesteca intr-un vas de portelan 440 gr miere lichida cu 500 ml otet de mere si 9 catei de usturoi curatati si

pisati. Se lasa totul la macerat 5 zile. Preparatul se agita zilnic si vasul se tine acoperit. Se ia cate o lingura de preparat dimineata

si una seara inainte de masa. Acest tratament dureaza minimum 6 luni, timp in care nu se consuma paine.

Gusa - Se pun frunze de varza zdrobite pe gat si se tin toata noaptea. - Se beau 2 cani (500 ml) suc de varza dimineata, pe

stomacul gol, in decurs de 2 ore. - Se pun cataplasme groase de argila pe gat si se tin toata noaptea. - Se bea un litru de ceai de

sanziene/zi.

Hipocalcemie - Se consuma zilnic 1 litru de suc din: 750 ml suc de gulioara + 250 ml suc de morcov, dimineata pe

stomacul gol, intr-un interval de 2 ore. Dupa terminarea de ingerat a sucului, pentru ca el sa se asimileze bine, timp de o ora nu

se consuma nimic. - Se face cura cu argila timp de 3 luni. - Se beau ceaiuri simple sau combinate in parti egale din: catina,

macese, zmerura, coada-calului. - Se face o cura cu grau incoltit 4-5 linguri/zi, cel putin 3 luni. - Se consuma zilnic o salata de

cruditati din: radacina de telina, morcov, putin mar, putina zeama de lamaie, o legatura de patrunjel la care se adauga doua

linguri de orez fiert. Salata nu se consuma cu paine.

Aparatul respirator

T.B.C. - cu caverna 12 oua cu coaja cu tot se tin timp de 12 ore in suc natural de lamaie (trebuie sa le acopere), apoi

se bat bine, se amesteca cu 1 kg de hrean curatat de coaja si dat pe razatoare, 1 litru de tuica naturala tare (palinca de prune), 1

kg miere. Amestecul se tine la macerat timp de 9 zile, dupa care se ia zilnic cate un paharel (100 ml), dupa mesele principale.

Supuratie cronica pulmonara - Cura cu usturoi: 80 catei de usturoi pisati se pun in 200 ml apa clocotita, intr-un vas

emailat bine acoperit. Dupa 1 minut se ia de pe foc, se lasa acoperit sa se raceasca. Toata cantitatea se bea pe parcursul unei

zile, cate o lingurita din timp in timp. Se face o cura de 20 de zile. Dupa o pauza de 10 zile se poate relua. - Se beau 3 cani/zi deinfuzie de busuioc, o lingurita la cana. - Se bea o cana de ceai de podbal/zi - infuzie o lingurita la cana. - Vin de tataneasa: 5

radacini de tataneasa proaspata spalate si taiate fin se vor lasa 5 saptamani intr-un litru de vin alb natural. Se beau cate 100 ml

de 3 ori/zi cu 1/2 ora inainte de masa. - 40 capatani de arpagic se oparesc cu apa fiarta (apa cat sa le acopere). Se lasa la racit cu

capac, se scurge apa si se acopera arpagicul cu 1/2 litru ulei de masline. Se freaca pana se obtine un piure, din care se ia cate o

lingurita dimineata si una seara inainte de masa. - Tinctura de propolis: cate 40 picaturi de 3 ori/zi intr-un pahar cu lapte cald cu

o ora inaintea meselor. Inflamatii ale cailor respiratorii Se prepara un sirop de propolis pentru: bronsite, traheobronsite, tuse,

astm. Se fierb 5 gr propolis in 200 ml apa la foc mic pana ce scade la jumatate. Se strecoara si se aduga 500 gr miere

amestecandu-se pana la omogenizare. Se iau 4-6 linguri /zi. Preparatul este valabil 2 saptamani la frigider

Bronsita astmatica Se prepara reteta din: 1 kg morcovi (rasi pe razatoarea mare), 1 kg zahar, drojdie cat o nuca si 3

litri apa. Se pun toate intr-un borcan, se amesteca pana se topeste zaharul si se aseaza aproape de o sursa de caldura. Se lasa 3

saptamani acoperit cu o hartie la gura, ca sa nu intre praful. Compozitia nu se mai amesteca. In timpul macerarii, morcovii se

misca prin borcan in sus si in jos, iar cand medicamentul este gata, se aseaza pe fundul borcanului. Lichidul se limpezeste. Se

strecoara si se trage in sticle. Se ia de 3 ori/zi inainte de mesele principale cate un paharel de 100 ml. Dupa ce lichidul se

termina, tratamentul se poate repeta la un interval de 3 saptamani.

Silicoza Se preapara infuzie de podbal 2 lingurite la 250 ml apa.Se beau 3 cani/zi. In timpul tratamentului se recomanda

ingerarea de 3 ori/saptamana a cate 2 lingurite de hrean ras marunt amestecat cu 4 lingurite de miere. Acest tratament dureaza

maxim 4 luni.

Bronsita Se preapara un sirop contra bronsitei astmatice si anginei pectorale. Se pun intr-un vas la macerat timp de 7 zile

urmatoarele ingrediente: 1 kg miere, sucul de la 10 lamai si 10 capatani de usturoi date prin masina de tocat. Se iau cate 4

lingurite/zi.

Bronsita, gripa Se pun intr-un litru de apa coaja de la o portocala si 4 frunze de dafin. Se lasa la macerat 4 ore, se

filtreaza si se bea pe stomacul gol in mai multe reprize.Acest preparat scade febra, elimina durerile de cap si ajuta la o refacere

rapida.

Tusea Se fierb pana ce apa scade la jumatate in 300 ml apa urmatoarele: o lingura de chimen, o lingura floare de tei, 2 cepe

mici, 6 nuci si 2 linguri de zahar. Se strecoara. Seara se iau cate 5 linguri, una la interval de 10 minute de cealalta. Se repeta,

daca e cazul, a doua si a treia zi.

Bronsita cronica, tuse, raguseala Se amesteca un pahar suc de ridiche neagra cu un pahar miere. Preparatul se

pastreaza la frigider. Se iau 2 linguri de 3 ori/zi.Tuse convulsiva Se prepara siropul de ridiche neagra: se aseaza intr-un borcan straturi alternative de rondele de ridiche

neagra si zahar. Se formeaza pana a doua zi un sirop abundent. Se iau 4-6 linguri din acest sirop zilnic. Siropul este in acelasi

timp si un foarte bun fortifiant impotriva oboselii.

Boli de plamani (bronsita, pneumonie, T.B.C., etc.) Se prepara apa de sfecla: se iau 2 borcane de 10 litri

fiecare, 2 kg de sfecla rosie curatata, se dau pe razatoarea mare dupa care se pun intr-un borcan peste care se toarna apa

clocotita pana se umple borcanul. Incepand cu a doua zi se consuma numai acel lichid in loc de apa (1 1/2 - 2 litri/zi). Cand

lichidul este pe sfarsite, pregatim cel de al doilea borcan. Tratamentul nu trebuie intrerupt 3 luni.

Astm Se fierb 3 catei de usturoi pisati intr-o cana de lapte 5 minute si se bea amestecul inainte de culcare timp de 21 de

zile.

Astm bronsic - 400 gr usturoi pisat se amesteca cu sucul de la 24 de lamai intr-un borcan, se acopera ermetic borcanul

si se lasa 24 de zile; se agita inainte de folosire. O lingurita de amestec se pune in 100 ml de apa si se bea seara inainte de

culcare. Dupa 10-14 zile boala scade in intensitate foarte mult. - Se fierbe lapte de capra cu flori si frunze de pastarnac, timp de

10-15 minute, la foc mic. Se ia de pe foc si dupa 30 de minute se beau cate 100-200 ml, de 3-5 ori/zi. - 125 gr de seminte de in

puse intr-un tifon se fierb in 400 ml apa la foc mic pana se obtine un lichid gros. Lichidul obtinut se amesteca cu sucul de la 4-6

lamai (functie de marimea lor), se pune intr-un borcan inchis la culoare si se pastreaza la rece. Dupa 3 zile se ia cate o lingurita

de preparat de 6-8 ori/zi.

Laringita 500 gr suc de varza rosie, 3 gr sofran, 500 gr miere se fierb pana la obtinerea unui sirop. Se ia cate o lingura de

3-4 ori /zi.

Dureri de gat Se prepara un sirop astfel: 6 linguri de zahar caramelizat (ars in craticioara), se sting cu o cana de apa. Se

fierbe timp de 10 minute impreuna cu o ceapa mica (necuratata de coaja), o nuca in coaja (spalata si sparta), o lingurita de

seminte de chimen si 3 frunze de dafin. Dupa cele 10 minute se ia de pe foc, se tine vasul acoperit pana la racirea lichidului, care

se strecoara, se pune intr-o sticla si se tine la rece. Se iau o data pe zi 5 lingurite, intre mese, pana cand siropul se termina.

Tuse rebela Se prepara un ceai din stiuleti de porumb. Se spala un stiulete cu boabe cu tot (de preferinta cu cocean rosu),

indiferent de soi, indiferent de anotimp.Se pune la fiert intr-un litru de apa. Cand lichidul incepe sa se coloreze, se strecoara si se

bea. Ceaiul se bea caldut, timp de 2-3 zile, in loc de apa.

Bronsita O ceapa taiata marunt se fierbe cu 250 ml alcool rafinat, pe foc foarte mic, pana cand spirtul se evapora complet,

iar ceapa se ingalbeneste putin. Se adauga: 250 gr zahar, 250 gr miere de albine, 250 gr unt, 250 gr ulei de floarea soarelui. Sefierb pana se obtine un sirop usor legat (aproximativ 800 gr). Se strecoara si ceapa se arunca. Se adauga 30-40 de picaturi de

tinctura de propolis cand produsul s-a racit. Se iau 3 lingurite/zi pentru copii si 3 linguri/zi pentru adulti.

Raguseala, pierderea vocii, infectii ale gingiei Se pun 10 frunze de dafin intr-o cana cu apa clocotita. Se lasa

la racit, dupa care se fac gargara si clatiri ale gurii cu acest preparat. Tratamentul este mai eficient daca este repatat de 3 ori/zi.

Aparatul urinar

Infectie urinara Se amesteca in parti egale: splinuta, dragaica, urzica. Se face infuzie din 4 lingurite de amestec la 1 litru

de apa. Se beau cele 4 cani inghititura cu inghititura intr-o zi. In fiecare din ele se adauga o lingurita de bitter suedez.

Tratamentul dureaza 21 de zile.

Cistita - Ceai de muguri de plop, 3 cani/zi dintr-o infuzie de 2 lingurite la cana. Se consuma zilnic 2 lingurite de otet de mere

diluate in ceai. - Ceai din crengute de visin. Se curata numai coaja de pe crengute si se prepara un ceai fiert 3 minute. Se bea o

cana pe zi. - Ceai de busuioc, 2-3 cani pe zi. Se consuma caldut. - Ulei de coriandru: 3 picaturi in ceai de 2 ori/zi timp de 4 zile.

Pentru crizele de colibacili se mareste doza de ulei de coriandru la 3 reprize/zi timp de 10 zile.

Dizolvarea pietrelor la rinichi Tamaia de smirna granulata si de culoare alb-galbui (nu cea cu arome) este un

leac foarte bun pentru dizolvarea pietrelor si restabilirea echilibrului ionic in organism. Se iau cate 3 boabe de tamaie (nu mai

mari decat un bob de mazare), se imbraca fiecare bob in miez de paine (pentru a nu atinge dintii, pentru protectia lor) si se inghit

dimineata pe stomacul gol. Boabele se iau alternativ, o zi da, o zi nu pana la disparitia pietrelor. Regimul va fi fara carne si fara

apa bogata in saruri minerale.

Prostatita cronica Se iau zilnic, 3 lingurite cu varf de polen, cate una inaintea fiecarei mese, tinandu-se in gura pana la

dizolvarea granulelor. Se consuma 2 linguri de seminte de dovleac/zi.Se fac bai de sezut in fiecare seara cu tarate de grau timp

de 20 de minute.Tratamentul dureaza intre 21 - 42 de zile.

Prostata - Intr-un pahar cu apa calda se pune o lingurita de suc de usturoi si o lingurita de ulei de masline. Se beau 3

asemenea pahare/zi inainte de mese. Tratamentul dureaza cel putin 21 de zile. - 2 linguri de musetel + 2 linguri de pufulita cu

flori mici se fierb 10 minute in 2 litri de vin alb. Dupa racire, se strecoara si se adauga 100 gr miere. Se pastreaza la rece.Se

consuma cate 100 ml lichid dimineata pe stomacul gol si 100 ml seara cu 1/2 ora inainte de cina. Tratamentul dureaza un an. -

Suc din frunze de urzica proaspete, se ia cate o lingura de 3 ori/zi. - Suc proaspat din frunze si radacina de patrunjel: se consuma

cate 150 ml/zi, dimineata pe stomacul gol. - Se face cura cu drojdie de bere, timp de 10 zile.In 1/2 litru suc de morcovi se pun 4

linguri praf de drojdie uscata. Se amesteca bine si se tine in frigider. Se agita inainte de a se consuma. Se bea intreaga cantitate

intr-o zi in 3 reprize.Afectiuni urinare, colita, enterocolita Se amesteca in parti egale urmatoarele plante: cimbru, sunatoare,

busuioc, coada-calului. Se face o infuzie din 4 linguri de amestec in 1 si 1/2 litru de apa clocotita, timp de 10 minute. Se raceste si

se strecoara, se adauga 2 linguri de miere.Se consuma cantitatea intreaga pe parcursul unei zile.

Nefrita Se prepara seara, din 2 linguri frunze de mesteacan infuzate in 250 ml apa. Dupa ce se raceste se adauga un varf de

cutit de bicarbonat de sodiu alimentar; se acopera si se lasa pana dimineata cand se strecoara si se bea jumatate din cantitate.

Cealalta jumatate se bea dupa 4 ore. Se repeta 7 zile.

Cistita Se usuca in cuptor coaja de la 4 mere, se piseaza si se pune o lingura din aceasta pulbere in 400 ml apa clocotita. Se

infuzeaza 15 minute. Se beau 3 cani/zi.

Adenomul de prostata - Infuzie o lingurita la cana din amestec: ghimpe 50 gr, cimbrisor 100 gr, coada soricelului

100 gr, musetel 100 gr, fenicul 50 gr. Se bea dimineata pe stomacul gol o cana. - Se amesteca : ulei de ienupar 4 ml, ulei de

chimen 5 ml, ulei de fenicul 5 ml. Se iau 3-5 picaturi de 2-3 ori/zi intr-o lingurita de miere. - Se fierb in 500 ml apa 3 minute: 3

lingurite de radacina tataneasa si o lingurita ghimpe. Se lasa la infuzat 20 de minute, se strecoara si se bea in cursul zilei. -

Pufulita cu flori mici - o lingurita de planta la o cana de apa clocotita, infuzat 10 minute. Se beau 2 cani/zi, una dimineata pe

stomacul gol, cealalta seara inainte de culcare.

Litiaza renala si biliara Se amesteca 10 ml ulei de porumb cu 500 gr miere, apoi se adauga la compozitie 4

albusuri batute spuma. Se ia cate o lingurita dimineata inainte de masa

Pietre, nisip la rinichi - Coaja de la o portocala (uscata) se tine o noapte intr-un litru de apa. Dimineata se pune la

foc mic aproximativ o ora, pana ce lichidul scade la 1/2 litru. Se bea cu inghitituri mici timp de 12 ore. Reteta se repeta 3-5 zile.

Dupa a doua zi puteti analiza urina. - Timp de 7 zile in fiecare dimineata, cu 2 ore inainte de a manca se bea un paharut de tuica

plin cu suc de ridiche neagra. - Timp de 3 saptamani in fiecare dimineata cu 2 ore inainte de masa se bea un ceai facut din 2

linguri de seminte de canepa, zdrobite si fierte in 150 ml apa, pana ce lichidul ramane la jumatate. - Se rasneste un pahar de

seminte de canepa si se fierbe cu 3 pahare de lapte proaspat, pana ce lichidul scade la un pahar. Se strecoara si se bea fierbinte

inainte de masa de dimineata. Procedeul se repeta 5 zile consecutiv cu o pauza de 10 zile, dupa care se reia si se poate continua

pana la un an. Eficienta este maxima atat pentru rinichi cat si pentru ficat.

Insuficienta renala Se rasnesc 30 gr radacina de anghinare, iar pulberea se pune la macerat in 1/2 litru de vin alb

natural, timp de 7 zile. Se strecoara si se beau cate 50 ml de 3 ori/zi inaintea meselor principale.

Retentie de urina, nefrita, cistita, calculi renali, guta Infuzie din 25 gr de matase de porumb intr-un litru de apa

clocotita. Se strecoara si se indulceste cu miere. Se bea pe parcursul unei zile. Nu se depaseste 1 litru /zi.Dezintoxicarea rinichilor Se bea un suc inainte de masa de pranz cu 30 minute, timp de 7 zile, din: o sfecla mica

rosie, 2 mere, jumatate varza alba.

Curatarea de saruri Se acopera cu apa 2 linguri de orez nedecorticat sau integral si se lasa asa 24 de ore.

Dimineata se fierbe orezul timp de 5 minute dupa ce a dat in clocot si se consuma pe stomacul gol. Dupa aceasta, 4-6 ore nu se

mananca nimic. Tratamentul se face cate 2 saptamani de 2 ori pe an.

Eliminarea depunerilor calcaroase Se fierb la foc mic timp de 5 minute 25 gr foi de dafin. Se ia vasul de pe

foc si se lasa acoperit 3 ore. Se strecoara si se bea lichidul cu inghitituri mici pe parcursul zilei. Procedeul se repeta a doua si a

treia zi. Peste o saptamana, ciclul de 3 zile se repeta. Dupa un an, acest procedeu se va repeta timp de 6 zile.

Curatarea rinichilor Dureaza o saptamana, vara, si se poate repeta dupa 2-3 saptamani. Se vor consuma numai

pepeni si paine neagra. E bine sa se faca o baie fierbinte intre 2 si 3 noaptea (in faza de bioritm a rinichilor) si in acel moment sa

se consume pepeni cu paine.

Aparatul genital

Dereglari menstruale -Tinctura de marar in 100 ml alcool de 45°-50° se pun 7 lingurite de planta uscata rasnita. Se

lasa la macerat 7 zile dupa care se strecoara si se pune in sticlut e mici inchise la culoare. Se ia o lingurita de tinctura diluata in

jumatate de pahar de apa de 3 ori/zi pe stomacul gol. Tratamentul dureaza minim 21 de zile. - Pulberea de seminte de marar

Semintele se macina fin cu rasnita de cafea. Se administreaza o lingurita rasa de 3 ori/zi. Pulberea se tine sub limba 15 minute,

apoi se inghite cu putina apa. O cura dureaza minimum 21 de zile. Ambele tratamente cu marar (tinctura sau pulbere) au drept

efect reglarea ciclului menstrual, remedierea amenoreei , cresterea sanilor, incetinirea ritmului de crestere a pilozitatii la femei,

cresterea secretiei de lapte la femeile care alapteaza.

Amenoree - Se rasnesc fin 50 gr seminte de marar, 50 gr radacina de lemn dulce, 50 gr seminte de chimen. Se amesteca

cele 3 pulberi de plante si se tin intr-un borcan inchis ermetic. Se administreaza 1-2 lingurite, de 3 ori/zi, pana la terminarea

borcanului. Pulberea se tine sub limba 15 minute, apoi se inghite cu putina apa. Aceasta reteta favorizeaza declansarea ciclului

menstrual putand prelungi tineretea biologica a femeilor ajunse in prag de menopauza. Se recomanda prudenta in administrare

in caz de fibrom uterin, chist ovarian, mastoza, cancer. - Se fierb in 2 litri de apa: 5 gr foi de dafin si 50 gr radacina de patrunjel

taiata marunt pana ce cantitatea de lichid scade la jumatate. Se strecoara si se va consuma treptat pe parcursul zilei. Se repeta 7

zile.Dismenoree - Se rasnesc fin: seminte de marar, cretisoara si traista ciobanului. Se pun intr-un borcan de sticla 5

lingurite pulbere de marar, 10 lingurit e de cretisoara si 5 lingurite de traista ciobanului. Se toarna peste ele alcool de 45°-50° cat

sa le acopere si se lasa la macerat 10 zile, dupa care se strecoara si se pune tinctura in sticlute mici, inchise la culoare. Se ia o

lingura din aceasta tinctura diluata intr-o cana cu apa, de 3 ori/zi pe stomacul gol. Tratamentul dureaza minim 2 luni. - Se rasnesc

fin, in cantitati egale: seminte de angelica, muguri de zmeura si cretisoara. Se combina plantele si se administreaza o lingurita

rasa de pulbere de 4 ori/zi tinandu-se sub limba 15 minute, apoi inghitindu-se cu putina apa. Tratamentul dureaza minim 3 luni.

Pentru aparitia fluxului menstrual intarziat - infuzie din o lingurita de iedera la cana timp de 10 minute Se

beau 2 cani/zi.

Regularizarea ciclului menstrual Se prepara vin de aloe: 1/2 kg planta de aloe de 3-5 ani se toaca marunt si se

amesteca cu 1 kg miere + 2 litri vin rosu (Cabernet). Se amesteca cu o spatula de lemn la 2-3 zile. Dupa ce a fermentat 6

saptamani, se strecoara si se pastreaza in sticle in frigider. Se beau 3 linguri zilnic, cate o lingura inaintea celor 3 mese.

Fibrom uterin Se beau 50 ml tinctura de tataneasa, de 2 ori/zi inainte de masa timp de 3-4 luni. Tinctura se prepara in

casa: Se taie marunt radacinile de tataneasa si se pun intr-o sticla de 1 litru pana la jumatate. Cealalta jumatate se umple cu

alcool (tuica curata). Se lasa la macerat 3 saptamani. Apoi, se strecoara.

Mastoza fibro-chistica In 600 ml apa, se fierb la foc mic, 2 linguri de radacini de tataneasa timp de 25 minute. Apoi se

adauga: o lingurita frunza de nuc, o lingurita coada soricelului, o lingurita musetel si 1/2 lingurita rostopasca. Totul se infuzeaza

15 minute, apoi se strecoara. Lichidul se imparte in doua : o ceasca se bea seara si una dimineata cu o ora inainte de masa. Cu

plantele ramase de la prepararea ceaiului se pun comprese pe san. Tratamentul dureaza 42 de zile.

Mastoza Se amesteca: 100 gr terci din radacini prospete de brusture, 100 gr miere, 100 gr ulei de ricin, sucul de la 2 lamai.

Aceste ingrediente se pun intr-un tifon si se aplica pe piept peste noapte. Acest tratament se face 2 saptamani cu pauza de 10

zile, apoi se poate repeta.

Fibrom uterin Se pun la macerat intr-un recipient de sticla timp de 3 zile urmatoarele: 1/4 litru tuica de tescovina, 1/4 kg

zahar candel pisat, 1/4 litru suc de lamaie strecurat, 1/4 litru ulei de masline presat la rece. Se agita de cateva ori pe zi. Se ia de

trei ori pe zi cate un paharut (de tuica) pe stomacul gol.

Amenoree Se amesteca in parti egale: talpa gastii, salvie, lemn dulce, coada soricelului, urzica, sofran. Se infuzeaza o

lingura la cana. Se beau zilnic 3 cani timp de 6 luni. Noduli mamari si ovarieni Se amesteca 100 gr miere de albine curata, cu 50 gr Apilarnil si se iau zilnic cel putin 3

linguri. Se pot lua pana la maxim 100 gr zilnic. Acest tratament dureaza 3 luni. Se mai poate lua dimineata pe stomacul gol o

lingura de polen

Trichomonas vaginalis Un tampon de vata imbibat cu iaurt natural (care sa nu fie pasteurizat), se introduce in vagin

seara la culcare. Tratamentul dureaza 7 zile.

Mastoza chistica Se amesteca ceara de albine rasa pe razatoarea mare, o mana cu pelin uscat sau verde, peste care se

toarna tuica de tescovina (tuica sa fie numai din struguri de vin). Acest amestec se pune intr-un tifon si apoi in sutien peste sanul

bolnav. Se va uda acest amestec cu tuica, atunci cand se usuca, dupa 4-5 ore. Se poate folosi de 6-8 ori, apoi se prepara altul.

Inca din primele ore incepe sa cedeze durerea. Inainte sa se aplice compozitia, sanul se unge cu alifie de galbenele.

Nivel de progesteron scazut Tinctura de coada soricelului cate 30 de picaturi de 3 ori/zi timp de 10 -15 zile /luna.

Impotenta Se prepara vin de telina: se pun la macerat timp de 3 zile 2 teline mari proaspete intr-un litru de vin alb natural.

Se bea un paharel (150 ml) la fiecare masa. Se consuma 1 litru de ceai de telina/zi: infuzie din frunze si ramuri.

Impotenta si sterilitate masculina, hipofunctie a glandelor cortico-suprarenale Timp de 2 luni

se consuma 7 linguri de sirop de pin pe zi pe stomacul gol. Siropul de pin se prepara numai din ace care se culeg proaspete si se

zdrobesc pe o planseta de lemn cu un tocator de lemn. Se umple trei sferturi un borcan cu acele de pin zdrobite peste care se

toarna miere. Se inchide borcanul si se lasa la macerat 3 saptamani. Siropul se filtreaza. Se poate face si din muguri, primavara,

dar cel din ace culese in luna ianuarie este cel mai bogat in uleiuri volatile si ca atare, are efectele cele mai bune. Pentru tuse,

bronsita, astm, pneumonii, se iau cate 4 linguri zilnic.

Anexita Se face un aluat din 200 gr faina, 100 ml otet si 100 ml ulei. Coca obtinuta se aseaza pe partea de jos a

abdomenului, se acopera cu un plastic si se lasa toata noaptea. Tratamentul dureaza 14 zile.

Reglarea activitatii hormonale Se ia sublingual o lingurita de pulbere de radacina de lemn dulce de 3 ori/zi si se

tine 10 minute, dupa care se inghite cu apa.

Rani pe colul uterin O lingura de marul-lupului (pulbere) + o lingura radacina de tataneasa (pulbere) + o lingura

musetel se lasa la inmuiat in 1/2 litru de apa rece de seara pana dimineata, cand se filtreaza. Plantele ramase se fierb in 1/2 litru

de apa pana cand lichidul scade la jumatate. Dupa racire, se strecoara si se amesteca cele doua extracte. Cu acest concentrat se

face spalatura vaginala cu ajutorul irigatorului. La 2-3 zile se fac si bai de sezut cu acelasi ceai. Tratamentul se face pana la

vindecare.Aparatul digestive

Toate bolile de ficat Se face un amestec in parti egale: pelin, urzica, anghinare, tintaura. Se face o infuzie dintr-o

lingurita de amestec la 250 ml apa clocotita, timp de 10 minute. Se strecoara, se bea caldut dimineata pe stomacul gol si se sta

pe partea dreapta 30 de minute. Cura dureaza 16 saptamani astfel: - 1 saptamana cura zilnica/ 1 saptamana pauza - 2 saptamani

cura zilnica/ 2 saptamani pauza - 3 saptamani cura zilnica/ 3 saptamani pauza - 4 saptamani cura zilnica/ 4 saptamani pauza

Afectiuni hepato-biliare, afectiuni gastro-intestinale, afectiuni cardiace, probleme

respiratorii, transpiratia picioarelor, afectiuni renale, psoriazis, scleroza multipla,

paralizie, guta Se face cura cu boabe de ienupar. Aceasta cura dureaza 23 de zile. In prima zi se iau 4 boabe, in a 2-a zi -

5 boabe, apoi se creste progresiv pana in ziua a 12-a, cand se vor lua 15 boabe. Incepand cu ziua a 13-a, incepem sa scadem

cate o boaba zilnic, pana la sfarsitul curei, cand se va ajunge din nou la 4 boabe. Pentru un tratament complet sunt necesare 213

boabe de ienupar. Inainte de a fi inghitite, boabele de ienupar se vor mesteca foarte bine. Cura cu boabe de ienupar mai este

indicata si in tratamentul altor afectiuni ca: hemofilie, stomatita, neuroastenie, hipertensiune arteriala, reumatism, ascita, anexita

si metroanexita, cefalee, sciatica, obezitate, impotenta, mastoza chistica.

Boli ale ficatului, curatarea sangelui Se prepara siropul de papadie. Se pun intr-un litru de apa rece doi pumni

de flori de papadie, care se pun apoi pe foc mic. Dupa ce da 2-3 clocote, se ia vasul de pe foc si se lasa sa stea o noapte,

acoperit. Adoua zi, se strecoara, presandu-se bine florile in maini pentru a iesi tot sucul. In lichidul obtinut se pune 1 kg de zahar

si o jumatate de lamaie, fara coaja, taiata felii. Se pune vasul pe foc foarte mic, fara capac. Lichidul se ingroasa fara a fierbe. Se

lasa compozitia sa se raceasca. Trebuie sa se formeze un sirop de consistenta mierii lichide. Daca este prea subtire, se mai pune

o data pe foc. Se iau 3 linguri/zi, fiecare lingura diluata intr-o cana cu ceai.

Ciroza umeda Aceasta reteta ajuta la eliminarea lichidului in ciroza umeda. Se ia pelin uscat, se freaca in palme pentru a

se arunca betele, apoi se rasneste pentru a se obtine pulberea de pelin. Din acest praf se ia cate o lingurita cu o ora inainte de

masa, dimineata, la pranz si seara - in prima saptamana, dupa care se bea cate o cana de ceai indulcit cu miere. A doua

saptamana, se iau doua lingurite de pelin, tot dimineata, la pranz si seara, iar a treia saptamana cate trei lingurite dimineata, la

pranz si seara, tot inainte de masa. In urma acestui tratament se elimina pe nesimtite tot lichidul acumulat. Tratamentul se poate

repeta dupa o pauza de trei saptamani.

Hepatita epidemica Intr-un litru de apa oparita se pun 5 grame de rostopasca uscata si se lasa la infuzat 12 ore. Dupa

aceea, se strecoara si se amesteca cu 200 grame miere. Totul se pune in sticla si se pastreaza la frigider. Se ia cate o lingura din

ora in ora de 12 ori/zi. Cura pentru un copil dureaza 5 zile, iar pentru un adult 10 zile.Ciroza - 2 pahare suc de varza/zi; se consuma varza inabusita. - Se rasnesc in cantitati egale: rostopasca, armurariu si

pedicuta. Se ia o jumatate de lingurita din acest amestec (pulbere) si se tine sub limba 15 minute, dupa care se inghite cu apa,

de 3 ori/zi inaintea meselor principale cu 1/2 ora.

Ciroza lichida - Un pumn se aschii de radacina de dud alb (agud), se pun seara in doi litri apa. A doua zi se fierb pana

scade lichidul la 1,250 litri. Se strecoara si se bea timp de o zi. Ceaiul se bea pana cand scade burta. Se face o pauza de 3

saptamani si apoi se mai repeta inca 14 zile. Se va urina foarte des, iar la inceputul tratamentului urina va avea culoare rosiatica.

In fiecare an, aceasta reteta se poate repeta timp de 3 saptamani. - 1 kg ceapa rosie se curata si se toaca marunt. Se pune intrun borcan si se toarna peste ea 5 litri tiuca curata. Se lasa la macerat 10 zile. Din acest amestec se iau dimineata pe stomacul

gol 30-40 ml, apoi se sta culcat pe partea dreapta 30 de minute, dupa care se serveste masa de dimineata. In cel mai scurt timp

ficatul incepe sa se regenereze.

Icter - 30 gr rostopasca se pun la macerat 3 ore in 1/2 litru de vin alb curat, de tara. Se strecoara si se beau 150 ml inainte de

mese. Inlatura rapid icterul. - 20 gr galbenele, 20 gr sofran se fierb 5 minute intr-un litru de vin alb. Se beau cate 50 gr de 3 ori/zi

inaintea meselor principale. - Se bea 3 zile la rand cate 1 litru de lapte dulce in care a fiert radacina de stevie.

Dezintoxicarea ficatului Se bea un amestec de sucuri timp de 7 zile, seara cu o jumatate de ora inainte de culcare

din: 2 morcovi, 1 radacina de patrunjel, o ridiche neagra, 3 mere.

Hepatite - Ceai de anghinare: infuzie 10 minute din 2 lingurite de planta in 750 ml apa clocotita. Se bea cantitatea

intreaga in cursul unei zile in mai multe reprize. - Ceai din fructe de armurariu (protejeaza si reface celula hepatica), infuzie 10

minute din: 2 lingurite de fructe zdrobite in 300 ml apa clocotita. Se bea o ceasca dimineata pe stomacul gol (150 ml); 75 ml

dupa masa de pranz si 75 ml seara. - Ceai de rostopasca (decongestioneaza ficatul); infuzie 10 minute din: 1 lingurita la 200 ml

apa clocotita. Se imparte cantitatea in 3 si se bea pe parcursul zilei, timp de 10 zile. - Ceai de pedicuta: infuzie 10 minute din o

lingurita de planta la 250 ml apa clocotita. Se bea dimineata pe stomacul gol cu 1/2 ora inaintea micului dejun. - 50 gr muguri de

mesteacan se pun in 500 ml vodca timp de 10 zile. Se bea cate o lingurita din preparat cu putina apa de 3 ori/zi cu 15- 20 minute

inaintea meselor. - Din 2 catei de usturoi pisati amestecati cu sare se fac doua „bile“ care se tin sub buza superioara, atata timp

cat suporta bolnavul. Se repeta tratamentul 3 zile consecutiv, dupa care se reia o data la doua zile. Dupa 10 zile, vindecarea este

garantata. Acest usturoi, se pare ca distruge tocmai virusul. - In fiecare seara, inainte de culcare se inghite o lingura de ulei de

seminte de dovleac presat la rece si se sta pe partea dreapta 1/2 ora (Este foarte eficient si in adenomul de prostata).

Hepatite, ateroscleroza, anemie Se prepara cidrul din fructe de catina astfel: se iau 400 gr fructe uscate sau

1 si 1/2 kg fructe proaspete si se pun in 10 litri apa impreuna cu 3 kg zahar. Se lasa la fermentat 10-15 zile. La suprafata se

formeaza, de obicei, o pelicula uleioasa pe care e bine s-o adunati si s-o depozitati separat, caci este foarte eficienta intratamentul ranilor greu vindecabile sau al arsurilor severe. Dupa ce cidrul este gata, se strecoara si se beau cate 50 ml/zi inainte

de masa principala.

Boli de ficat, in special hepatita C Se prepara borsul de sfecla: 1 kg sfecla rosie taiata bucati, o legatura de

patrunjel, o legatura marar, o legatura leustean, o capatana de usturoi, o lingurita de drojdie sau o mana de malai. Deasupra lor

se toarna apa si se lasa la macerat la temperatura camerei. Cand lichidul este gata acrit, se strecoara si se reumple borcanul cu

apa. Borsul care rezulta a doua oara este mai slab. Din prima strecurare se beau cate doua pahare/zi, iar din a doua , cate 4

pahare/zi. Borsul se poate bea in tot cursul anului. Este bun si in bolile de plamani si ca depurativ general al organismului.

Chisturi pe ficat, plamani, rinichi In prima saptamana se inghite in fiecare dimineata, pe stomacul gol un

bob de tamaie alba (cat un bob de mazare) invelit in miez de paine (ca sa nu atinga dintii fiindca formeaza carii). In urmatoarele

3 saptamani se procedeaza la fel, dar numai din doua in doua zile. In paralel se beau 3-4 pahare cu ceai de traista ciobanului

inaintea meselor principale si chiar intre mese, in loc de apa.

Curatarea ficatului Se fierb 40 gr galbenele timp de 10 minute intr-un litru de apa. Aceasta cantitate se bea in cursul

zilei de trei ori/zi, cu 20 minute inainte de masa. Tratamentul dureaza 2-3 saptamani.

Eliminarea pietrelor de la bila si ficat - Prima zi : se ia masa de pranz, cina nu. Inainte de culcare se ia un

amestec de 100 gr ulei masline cu 100 gr suc proaspat de lamaie si se sta pe partea dreapta 20-30 minute. - A doua zi: dimineata

se face clisma. In timpul zilei se bea numai apa fiarta putin indulcita cu miere si cu un adaus de suc de lamaie. Seara se face din

nou clisma. - A treia zi: dimineata se face clisma. Ziua se consuma legume fierte si fructe. Dupa una din clisme vor aparea

pietrele. Daca dupa ultima clisma nu vor aparea pietre, atunci procedura se repeta peste cinci zile. Procedura se mai repeta o

data peste doua saptamani.

Eliminarea pietrelor de la bila 1 kg de radacina de patrunjel se fierbe in 2 litri de apa pana scade la 1 litru. Se beau

150 ml dimineata si seara pe nemancate si se sta apoi pe partea dreapta 20 minute.Tratamentul poate dura 3-4 luni.

Eliminarea pietrelor de la bila si rinichi Se prepara doua ceaiuri separat : - ceai de brusture: decoct din 2 linguri

radacina maruntita se pun in 500 ml apa clocotita si se mai lasa sa fiarba 2 minute. - ceai de turita mare: infuzie din o lingura de

planta se opareste cu 500 ml apa clocotita.Dupa racire, cele doua ceaiuri se strecoara si se amesteca.Se bea intreaga cantitate

portionata pe o zi. Reteta se mai repeta inca 3 zile.In aceste zile nu se mananca alimente care contin calciu (lactate, fasole etc.).

Eliminarea pietrelor de la bila Se rasnesc seminte uscate de pepene rosu. Timp de 10 zile, dimineata pe

nemancate se ia o lingurita din pulberea obtinuta impreuna cu o lingura de ulei de masline presat la rece si se sta culcat pe

partea dreapta 20 minute. Tratamentul dureaza 3 luni, cate 10 zile pe luna, atunci cand luna este in descrestere.Disfunctii ale vezicii biliare si ale ficatului - Se amesteca urmatoarele plante in cantitatile indicate:

tintaura 10 gr, seminte de chimen 15 gr, frunze de roinita 15 gr, frunze de menta 20 gr, cimbrisor 20 gr si muguri de ienupar 20

gr. Peste o lingurita de amestec se toarna o cana de apa clocotita si se lasa sa stea 5 minute. Se strecoara. Se beau zilnic 2 cani

de ceai cald. - Se amesteca urmatoarele plante in cantitatile indicate: radacina de obligeana 10 gr, frunze de strugurii ursului 10

gr, frunze de trifoiste de balta 10 gr, seminte de in 10 gr, coada calului 10 gr, frunze de mesteacan 20 gr, teci de fasole 30 gr. Se

fierb 3 lingurite de amestec 10 minute in 750 ml apa. Se strecoara. Se beau zilnic 3 cani de ceai cald.

Dischinezie biliara, hepatite, gastrita Se pun intr-un vas emailat 30 gr de seminte de patrunjel. Se toarna peste

ele un pahar cu apa si se pune amestecul sa fiarba in „bain-marie“ 1/2 ora. Se strecoara. Se ia cate o lingura de 5-7 ori/zi.

Litiaza biliara Se face un amestec de plante in parti egale: patrunjel de camp, iedera, hamei, turita-mare, menta, pelin.

Se pun 3 linguri de plante intr-un litru de vin de mere sau cidru, se incalzeste pana aproape de punctul de fierbere, se infuzeaza 3

minute si se strecoara. Se ia cate o lingura din ora in ora, de 9 ori/zi.

Hemoroizi Se unge anusul si hemoroizii cu unguent de propolis 20% de 2 ori/zi. Durerile, mancarimile si sangerarile dispar

dupa 2 saptamani. Intern: - dimineata se bea un ceai de pelin (infuzie 1/2 lingurita la cana 10 minute). - in cursul zilei se bea un

ceai dintr-un amestec in parti egale din : galbenele, musetel, afin, coada-soricelului, tintaura (infuzie o lingurita de amestec la o

cana); se consuma 1 si 1/2 litru pe zi

Constipatie - Taiati in bucati mici 1/2 kg de dovleac si puneti-le la fiert intr-un vas emailat cu multa apa. Se fierbe pana se

inmoaie dovleacul. Se scoate dovleacul si se freaca cu o lingura de lemn pana se omogenizeaza, apoi se toarna apa in care a

fiert. Se amesteca bine, iar din bautura rezultata se iau 2 pahare/zi, unul dimineata si altul seara, pana la disparitia constipatiei. -

Se foloseste un decoct de aloe. Se pune o lingurita de aloe uscata in 250 ml apa si se adauga 2 linguri de miere. Se fierbe 3

minute si se strecoara. Se iau cate 3 linguri/zi, inaintea meselor principale.

Ulcer duodenal cu nisa Se bate un albus de ou prospat cu o lingurita de zahar pudra si o lingura de ulei de masline

pana se face crema. In fiecare dimineata se consuma acest amestec pe stomacul gol timp de 10 zile

Ulcer gastric si duodenal - 20 gr sunatoare se pun la macerat in 20 ml alcool de 90°. Se tin intr-un borcan cu

capac 2 saptamani, dupa care se adauga 200 ml ulei de porumb sau floarea soarelui. Acest amestec se tine in baia de abur doua

ore. Se strecoara si se ia cate o lingurita inainte de masa de 3 ori/zi. - 60 ml apa (doua linguri de supa), o lingura de malai cernut

foarte fin, o lingura de miere de albine curata. Se pune apa la fiert intr-un ibric, se pune malaiul si se freaca la foc mic circa un

minut. Se ia de pe foc, se adauga mierea de albine si se amesteca pana ce se obtine o pasta perfect omogena. Se consuma

calduta, dimineata pe stomacul gol. Tratamentul dureaza 21 de zile. - 100 gr de ceara de albine, 100 gr rasina de brad si 100 gr

de unt proaspat se amesteca si se incalzesc intr-un vas acoperit. Cand preparatul s-a omogenizat, se ia de pe foc si se lasa sa seraceasca. Apoi, se prepara pastile de marimea boabelor de mazare si se iau cate 4-6 pastilute pe stomacul gol, cu 15-20 minute

inaintea meselor principale. - In lunile mai, iunie, se curata coaja verde de deasupra nucilor, iar restul se rade si se pune in

borcanele astfel: un rand de nuci, un rand de zahar, s.a.m.d. Borcanele se inchid ermetic si se lasa la caldura 10-14 zile. Se iau

din acest preparat 2-3 lingurite cu 15-20 minute inaintea meselor principale.

Ulcer La un litru cu apa se pune o lingura de radacina de ghimbir macinata. Se fierbe 30 minute, se strecoara, se raceste. Se

poate adauga putina miere. Se beau 3-4 pahare/zi, in timpul mesei sau dupa masa.

Arsuri la stomac - Rontaiti zilnic 15 boabe de mustar si o lingurita de seminte de anason; - Mestecati incet felii de cartof

crud; - Beti 1/4litru suc de morcov prospat imediat dupa aparitia simptomelor; - 2-3 cani pe zi din infuzie 10 minute de troscot, 2

lingurite la 200 ml apa clocotita; - 2 cani pe zi din infuzie 10 minute de musetel, o lingurita la cana; - 2 cani pe zi din infuzie 15

minute de flori uscate de salcam, 1 lingurita la 250 ml apa clocotita.

Colita - Se beau 3 cani de infuzie de leustean/zi cu 1/2 ora inainte de masa. Se infuzeaza 3 fire de leustean proaspat sau

uscat in 3 cani de apa clocotita 5-6 minute, apoi se strecoara si se bea neandulcit. - Infuzie din 2 lingurite musetel in 250 ml apa

clocotita, timp de 10 minute. Se beau 2 cani/zi, dupa mese. - Se face un amestec din : 20 gr musetel, 30 gr coada soricelului, 20

gr frunze de menta, 10 gr salvie, 10 gr fructe de coriandru. Se infuzeaza o lingura de amestec in 250 ml apa clocotita, timp de 10

minute. Se beau 2 cani/zi. - Se rasneste o lingura de seminte de in si se inghite imediat pulberea fina, dupa ce in prealabil a fost

amestecata cu apa clocotita. Tratamentul se face de 2 ori/zi, inainte de masa, timp de 14 zile.

Colita de fermentatie Se fierb 2 linguri cu varf de seminte de in in 250 ml apa timp 10-12 minute (se adauga mereu

apa ca sa ramana aceeasi cantitate ca la inceput). Mucilagiul obtinut se bea dimineata pe stomacul gol. Micul dejun se serveste

dupa o ora.

Dischinezie biliara 1 kg de pelin se fierbe in 2 litri de apa pana raman 750 ml. Se strecoara si se amesteca cu 250 gr

miere de albine si 250 ml vin natural. Se iau cate 100 ml inainte de mese de 3 ori/zi, iar dupa masa o cana de infuzie de

sunatoare (1 lingurita de planta la 250 ml apa clocotita, infuzat 10 minute).

Gaze in stomac - O lingurita de seminte de anason si o lingurita de miere se fierb in 200 ml apa, timp de 10 minute. Se

racesc si se strecoara. Se iau 2 linguri/zi. - O lingurita de pelin si o lingurita de miere se fierb in 200 ml apa timp de 10 minute. Se

racesc si se strecoara. Se iau 2 linguri/zi. - Se pun seara in apa seminte de patlagina. Peste noapte se formeaza o masa

gelatinoasa. Se ia dimineata o lingura inainte de micul dejun. - O lingurita de seminte de marar fierte 15 minute cu o cana de

apa. Se strecoara si se bea lichidul fierbinte.

Gastrita, aciditate 2 linguri de caimac de lapte se bat bine cu 2 galbenusuri si cu 2 linguri de miere de albine pana se

obtine o crema. Se ia de 3 ori/zi, cu o jumatate de ora inaintea de mesele principale.Enterocolite cronice Se preapara apa de tarate de grau.O mana de tarate de grau la 1 litru de apa rece se amesteca si

se lasa 8-10 ore, apoi se strecoara apa prin tifon. Se bea pe parcursul zilei cu inghitituri mici.

Curatarea limfei

Curatarea limfei Procedura dureaza 3 zile. Se fac clisme dimineata si seara cu ceai de coada-calului (2 litri). Nu se

mananca nimic, in fiecare zi se bea un amestec din: 2 litri apa + 1 litru suc grapefruit + 1/4 suc lamaie + 3/4 suc portocala (in

total 4 litri lichid). Pe parcursul celor 3 zile se elimina din organism 12 litri de limfa acida bolnava.

Curatarea profilactica pentru sistemul limfatic Se bea ceai concentrat din dragaica (sanziene), o lingurita la

cana fiert 10 minute, cate 2 litri/zi timp de 3-4 saptamani.

SISTEMUL NERVOS

Scleroza in placi Este o boala neurologica de etiologie necunoscuta, se pare virala. - Dieta cu multe cereale, mere dulci,

grau incoltit, polen, catina, ginseng. - Ceaiuri amare, hepatoprotectoare. - Bai aromatice , la 37°C, timp de 20 de minute cu:

coada calului, muguri de pin, levantica, busuioc, tei, amestecate in parti egale. - Masajul partilor afectate cu tinctura de

tataneasa si ulei de sunatoare. Coloana vertebrala va fi masata cu ulei de musetel.

Scleroza multipla Cura cu ulei de seminte de in, timp de 21 de zile. Se iau 7 linguri/zi, apoi doza de intretinere 2

linguri/zi.

Afectiuni ale sistemului nervos Se iau zilnic 15-35 gr (in functie de varsta: copil sau adult), polen sau 5-15 pastile

de pastura.

Epilepsie Cate 19 seminte de mustar de 3 ori/zi, timp de 3 saptamani.

Meningita - Se pun comprese pe zona occipitala cu bitter suedez. - Tinctura de propolis - se iau cate 25-35 picaturi de 3-4

ori/zi, cu 30 de minute inaintea meselor, timp de 3 saptamani. - Se face un decoct, 10 minute, dintr-o lingura la cana din

urmatorul amestec in parti egale: salcie, soc, tintaura, troscot, paducel, afin sau merisor, catina sau macese. Dupa fierbere, se

infuzeaza 30 de minute. Se strecoara. Se beau 3 cani/zi cu 30 de minute inaintea meselor. Ceaiul nu se indulceste. Tratamentuldureaza o luna. - Se consuma cate o lingurita de drojdie de bere uscata de 3 ori/zi, dupa masa, dizolvata in lapte sau in ceaiul

indulcit. Tratamentul dureaza 2 saptamani. - Se consuma 4-5 linguri/zi de grau incoltit. - Se ia cate o lingurita de polen de 3 ori/zi

dupa masa, timp de o luna.

Intarirea memoriei - Se iau cate 3-5 picaturi de 3 ori/zi dupa mese, de ulei de coriandru. Picaturile se pun in

100 ml ceai sau apa. - Se consuma morcov si ananas. - Se ia polen: 30 gr/zi. - Se consuma usturoi zilnic. - Ceaiuri recomandate:

salvie, pelin, rozmarin, urzica. In ceai se pun 2 lingurite de bitter suedez, zilnic.

Scleroza in placi, afectiuni ale maduvei spinarii Coada-soricelului actioneaza asupra maduvei spinarii

determinand formarea de noi celule in sange. Are efecte bune si in paralizii si in leucemii. Se beau doua cani de ceai pe zi,

inghititura cu inghititura (infuzie dintr-o lingurita de planta la cana 10 minute). Se fac bai de sezut (una pe zi - seara inainte de

culcare) si se unge coloana vertebrala dimineata cu tinctura de coada-soricelului, iar seara se face masarea ei cu alifie de coada

soricelului. • Baia de sezut: 100 gr de coada-soricelului se pun de dimineata pana seara in apa rece; inainte de baie, se incalzeste

pana la punctul de fierbere, se strecoara si se adauga peste apa din lighean. • Tinctura de coada-soricelului: se umple o sticla

pana la gat cu flori de coada-soricelului. Se toarna deasupra rachiu de fructe sau vodca de 38-40°. Se lasa 14 zile la soare, dupa

care se strecoara. Se pastreaza in sticle de culoare inchisa. • Alifie de coada-soricelului: 90 gr unt nesarat sau osanza curata de

porc se pun pe foc intr-o cratita. Se adauga 15 inflorescente de coada-soricelului bine maruntite si se lasa sa se caleasca putin,

amestecand continuu cu o lingura de lemn. Se trage vasul deoparte si se lasa pana a doua zi. In ziua urmatoare se reancalzeste

usor si se ia de pe foc. Se strecoara printr-un tifon si se pune in borcane, care se pastreaza in frigider.

Paraziti intestinali

Paraziti intestinali

Se macereaza timp de 6 zile o ceapa mare taiata felii intr-un litru de vin alb.

Se beau 100 ml in fiecare dimineata timp de o saptamana, cand luna este in descrestere.

Se reia timp de 2 sau 3 luni.

Teniaza

Se fierb 2 cepe mari taiate marunt in 300 ml lapte pana scade la jumatate. Se strecoara, se raceste si se adauga o lingurita de

miere.

Solutia se poate tine in frigider timp de o saptamana.

Se administreaza:

- copii intre 6-9 ani: 2 lingurite de preparat seara

- copii pana la 12 ani: 3 lingurite- adulti: 3-4 pahare de ceapa cu lapte/saptamana.

Tratamentul dureaza 2 saptamani.

Limbrici, panglica

- Dimineata pe stomacul gol se inghit 50 de seminte de dovleac, crude, pisate, amestecate intr-un pahar de lapte.

- Se face o pasta din 15-30 gr seminte de dovleac curatate de coaja, crude, pisate, amestecate cu tot atata zahar si putin suc de

lamaie (o lingurita).

Se consuma dimineata pe stomacul gol.

Retetele se pot face alternativ o zi una, o zi cealalta.

REGIMURI

REGIMURI CONCEPUTE DE VALERIU POPA Este bine ca aceste regimuri sa fie facute sub supravegherea unui

specialist, mai ales postul cu apa distilata, pentru ca pe parcursul lor apar fenomene inexplicabile pentru cei care nu au

cunostinte despre crizele de eliminare a toxinelor pentru vindecarea organismului (ameteli, furunculoza, alte eliminari prin piele,

stari de voma, inchiderea la culoare a urinei, crize la organele bolnave si altele).

Aceste regimuri medicament, vin in ajutorul celor suferinzi impulsionandu-i si pe cei sanatosi sa se apere de boala. Ele reprezinta

un indemn spre a ne apropia de natura, de a ne adapta unui nou mod de viata -cel naturist- si de a renunta la vechile obisnuinte.

Cei care sincer vor sa obtina rezultate favorabile in prevenirea si redobandirea echilibrata a sanatatii, trebuie sa respecte

urmatoarele:

- Nu trebuie sa mai fumeze nici bolnavul, nici membri familiei sau cei care ingrijesc pacientul.

- Nu trebuie sa consume intoxicante.

- Nu trebuie sa consume alcool.

- Trebuie sa aiba dantura buna, altfel nu pot mesteca bine alimentele crude; digestia incepe de la privit, miros, auz si apoi, printro mestecare corecta alimentele trebuie baute, lichidele mancate; fiecare bol alimentar, trebuie mestecat de 30-50 de ori. Deci,

nu uitati: stomacul nu are dinti!

- Trebuie sa se doarma natural, nu cu tranchilizante.

- Trebuie sa se invete sa se respire, sa se lucreze si sa se locuiasca in aer neviciat. (Evitati sa va desfasurati activitatea in birouri

in care se fumeaza).

- Miscarea este viata.

- Evitati sedentarismul si statul orelor in pat in afara orelor de somn.

- Somnul cel mai odihnitor este intre 20.00 si 1.00 noaptea.- Evitati lucrarile de orice fel si mai ales discutiile negative in timpul mesei.

- Trebuie sa se practice automasajul, autopresopunctura (nu masajul).

Masajul poate fi folosit in cazuri extreme cand bolnavul nu-l poate practica si de persoane compatibile cu el.(Se incearca mai

multe persoane si se va alege cea in urma careia bolnavul se simte cel mai bine).

Acestea sunt doar cateva din sfaturile pe care ni le reamintea zilnic Valeriu Popa.

POSTUL Postul, care este o actiune de renuntare completa sau partiala de la hrana, reprezinta principalul mijloc de

vindecare si transformare a fiintei umane prin eliminarea otravurilor din corp.

Cel mai des intalnit, cu o larga raspandire in randul populatiilor de diferite nationalitati este postul religios, pentru romani postul

crestinesc. Practicat de mii de ani, transmis din generatie in generatie, el a devenit parte integranta din viata crestinului

practicant.Motivat sentimental si religios de exemplul lui Iisus Hristos, precum si de evenimentele legendare din viata bisericii crestine,

postul se tine in diferite perioade ale anului, avand durate si grade de severitate diferite, in functie de evenimentul la care se face

referinta.

Se subantelege ca postul are efect global de dezintoxicare si purificare a structurii fizice stiindu-se ca produsele de origine

animala se altereaza rapid lasand multe reziduuri in organism. Astfel, in traditia crestina, postul Pastelui are rolul de a curata

fiinta umana dupa excesele alimentare din timpul iernii permitandu-i renasterea la o conditie mai pura si vitala in acord cu noile

forte regeneratoare ale primaverii; la fel postul Craciunului pregateste omul pentru perioada iernii. Aceasta este forma cea mai

usoara de post in care nu se consuma alimente de origine animala (carne, oua, icre, lactate).

O alta abordare a postului este cea stiintifica, care studieaza corpul uman utilizand tehnologie de ultima ora in domeniul

electronicii, fizicii, chimiei s.a.m.d.

In mod inexplicabil pentru medicina clasica, naturistii reusesc sa „pacaleasca“ o serie de boli considerate incurabile printr-un

mijloc foarte simplu si extrem de eficient, insa foarte puternic, care este postul negru. El este practicat in clinici specializate,

renumite fiind cele din Austria, Elvetia, fosta U.R.S.S., Statele Unite etc. Pacientii sunt asistati de medici cu experienta in

domeniu, programul este riguros, postul fiind asociat si cu alte terapii naturiste menite sa dezintoxice organismul, sa ii refaca

echilibrul pierdut ca urmare a unui mod de viata dezordonat care incalca legile naturii.

Acest tip de post este indicat drept cura de dezintoxicare, fiind terapia cea mai puternica si cu efectele cele mai rapide, atat

pentru vindecarea trupului, cat si a sufletului.

Este forma de post recomandata persoanelor cu o vointa foarte puternica, precum si celor aflati in situatii limita si care au o

motivatie pentru a recurge la acest tip de tratament.

Valeriu Popa, fiind el insusi un practicant al postului negru, cel mai lung pe care l-a tinut fiind de 52 de zile, l-a promovat ca forma

de tratament, avand rezultate spectaculoase. Pentru oamenii ajunsi in pragul dispera rii, bolnavi irecuperabili pe cale medicala,

fara speranta de viata, aceasta terapie reprezenta ultima solutie. In cazurile de cancer si toate bolile grave este considerat

principala „terapie-soc“ a medicinii naturiste, prin aceasta stopandu-se evolutia lor si chiar vindecandu-se.

Postul negru nu este recomandat persoanelor subponderale, cu o vitalitate scazuta, hipotensive, cu carente grave de minerale si

vitamine.

In aceste cazuri, sunt de preferat posturile cu sucuri de legume si fructe.

De la caz la caz, Valeriu Popa recomanda 7, 14 sau 21 zile de post cu apa distilata. Foarte rar, sugera posturi de 28 de zile sau

mai mult.

Celor aflati in situatii limita le spunea franc: „Omule, fizic esti mort, energetic mai ai insa sanse. Lupta, fa ce ti-am recomandat si

poti scapa.“ Dansul nu garanta viata sau vindecarea nimanui: „Eu nu sunt Dumnezeu, nu eu iti dau viata, nu eu te pot salva; pot

insa sa-ti spun ce au facut alti semeni si contemporani cu tine, aflati in situatii similare cu a ta, care acum traiesc, care au iesit

din prapastia mortii.“ In timpul postului se consuma 2 litri de apa distilata (pentru uz alimentar) pe zi si se fac doua clisme: una

dimineata cu 2 litri de ceai de musetel si alta seara cu 2 litri de ceai de rostopasca. Cei doi litri de lichid pentru clisma se introduc

in doua sau mai multe reprize pentru a nu forta colonul.

Este bine ca postul sa fie insotit de rugaciune pentru ca el are darul de a actiona asupra fiecarui aspect din fiinta umana, fiindprilej de curatire a mintii si sufletului si de inaltare spirituala.

Pe durata postului este bine sa aveti activitate fizica si intelectuala moderata (atat cat este posibil), sa se evite statul in pat peste

limita fireasca, necesara somnului. Feriti-va de situatii conflictuale, discutii contradictorii.

Impacati-va si iertati pe toti cei care considerati ca v-au necajit si cereti-va iertare celor carora le-ati gresit; astfel postul castiga

mult in eficienta.

Nu postiti in scopuri revendicative, protestare caci vibratiile negative cu care va inconjurati in asemenea situatii va afecteaza

sanatatea.

Tot pe parcursul postului, limba se racleaza cu o spatula de lemn (coada de lingura de lemn), de 2-3 ori/zi, de fiecare data cand

limba devine incarcata.

La fel de importanta ca postul in sine, dar prezentand riscuri mari pentru sanatate daca e facuta incorect - este revenirea din

post.

De obicei, Valeriu Popa recomanda 7 zile de revenire, perioada in care se consuma in continuare 1 pana la 1,5 litri de apa

distilata zilnic, la care se adauga:

- in prima zi: zeama de la o lingura de orez fiert in 0,5 litri apa distilata timp de 10 minute

- in a doua zi: zeama de la 2 linguri de orez fiert in 0,5 litri apa distilata timp de 10 minute

- in a treia zi: zeama de la 3 linguri de orez fiert in 0,5 litri apa distilata timp de 10 minute

- in a patra zi: Se fierb 3 linguri de orez si una de arpacas intr-un litru de apa distilata, 10 minute. Se bea zeama si se consuma 2-

3 linguri de fiertura treptat, pe parcursul zilei.

- in a cincea zi: Se fierb 4 linguri de orez si 2 linguri de arpacas intr-un litru de apa distilata, 10 minute. Se consuma zeama si

jumatate din fiertura pe parcursul zilei.

- in a sasea zi: Se fierb 4 linguri de orez si 3 linguri de arpacas intr-un litru de apa distilata, 10 minute. Se bea zeama si se

consuma fiertura pe parcursul zilei.

- in a saptea zi: Se fierb 5 linguri de orez si 3 linguri de arpacas intr-un litru de apa distilata, 10 minute. Se bea zeama si se

consuma fiertura.

In cazul posturilor de 3-4 saptamani si mai mult, perioada de revenire de 7 zile trebuie prelungita in functie de organism. Dupa

aceasta, pacientul intra pe un regim echilibrat, specific lui si bolii respective.

Efectele secundare ale postului negru isi fac apartitia inca din primele zile. Apar diverse tulburari, oboseala, transpiratii,

tremuraturi, palpitatii, greturi, varsaturi, tulburari vizuale, cefalee, nervozitate, iritabilitate - care sunt provocate de eliminarea

toxinelor sub diverse forme si de un consum energetic mai mare din partea organismului pentru a le expulza. In fata unor astfel

de manifestari nu trebuie sa va speriat i si sa intrerupeti postul deoarece prin aceste eliminari se regenereaza si regleaza

anumite functii si procese ale corpului.

Tot pe parcursul postului, se elimina gradat si diverse „impuritati“ din aura energetica si Lumina interioara se va manifesta din ce

in ce mai pregnant in voi. Deveniti astfel mult mai usori si mai fericiti.

Atentie!

Daca se urmareste un post negru mai mare de 3 zile, este bine sa fie facut sub supraveghere medicala de specialitate. Consultati

un medic naturist inainte sa va hazardati la astfel de auto-tratamente si asigurati-va ca aveti asistenta lui.MINUNILE URINOTERAPIEI - CA REMEDIU UNIVERSAL Iubitorul Dumnezeu, care are

grija de toate, ne-a dat un dar atat de pretios si de valoros chiar de la nastere, care are posibilitatea sa vindece aproape orice

boala.

Terapia cu urina poate fi facuta de oricine, tanar sau batran, chiar si copil, la domiciliu si fara o cheltuiala oarecare.

„Apa vietii“ - este un dar primit de la Creator pentru bunastarea noastra fizica. Ea a fost folosita de oameni din toate timpurile.

Terapia n-a fost niciodata pierduta, cu numai tainuita. Ea a fost atestata inca de acum doua milenii cand medicii romani Galen

(129-199 i. Hr.) si Pliniu (25-79 d. Hr.) recomandau acest remediu pentru vindecare oamenilor suferinzi.

Cartea canadianului A. L. Pauls „Shivambu Kalpa“ indica urina ca metoda de tratament.

O alta carte „ The water of life“ a englezului John W. Armstrong vorbeste despre puterea de vindecare a urinei proprii.

Si Hipocrate (aprox. 400 i. Hr.) si Paracelsus (aprox. 1500) recunosc virtutile terapeutice ale urinei.

Deci, metoda are o vechime de peste 2500 de ani.

In zilele noastre, terapeuti din toata lumea fac referire la eficienta tratamentului cu urina.

Si in satele din Maramures si Bucovina urina este folosita pe scara larga ca mijloc de tratament.

O bioenergeticiana celebra din Romania, Alexandra Mosneaga prescrie bolnavilor de cancer consumarea urinei proprii.

Ati fost calauziti sa gasiti si aceasta informatie; cititi-o si meditati asupra ei.

Terapia cu urina este o metoda de vindecare a unei boli prin aplicarea si folosirea urinei proprii.

Urina, introdusa in organism, actioneaza ca un autovaccin, nu numai vindecandu-l ci si intinerindu-l.

Valeriu Popa avea convingerea ca urina este un elixir al vietii daruit de natura si ca reprezinta o solutie terapeutica pentru

aproape toate bolile.

Am vazut in preajma dansului multe cazuri vindecate de cancer, diabet, boli de piele, boli de inima, boli de rinichi si chiar SIDA cu

ajutorul acestei terapii.

Bolile sunt numeroase, la fel ca si numele lor, insa remediul este însasi propria noastra urina care vindeca boala prin indepartarea

toxinelor si deseurilor din organism, prin stimularea mecanismului de aparare al corpului.

Este de preferat sa nu se foloseasca alte medicamente in timpul acestei terapii. In toate cazurile trebuie consultat un specialist.

Ca tonic general pentru mentinerea unei stari corespunzatoare de sanatate si energie si de asemenea, preventiv contra tuturor

bolilor infectioase, 200 ml (un pahar) o data pe zi sau chiar de doua ori, poate fi luat in siguranta (primul si ultimul jet se arunca).

Cu cat cantitatea este mai mare este mai benefica si nu este daunatoare.

Pentru orice imbolnaviri minore 1-2 pahare/zi reprezinta o cantitate suficienta.

Se poate tine post de 1 - 3 - 7 - 14 - 21 de zile numai cu urina si apa (plus 2 clisme/zi), vindecandu-se astfel multe boli cronice. O

perioada lunga de post se face sub controlul unui expert pentru ca au loc tot felul de eliminari de toxine, in special eruptii

cutanate si voma.

înainte cu doua saptamani de a începe acest tratament si cat timp se face terapia cu urina, dieta trebuie sa fie usoara: desodata,

fara carne, grasimi animale, alcool, cafea, tutun, zahar, otet.

Urina veche de 4 zile este foarte buna pentru bolile de piele, pentru frectie si masaj, nu pentru baut.

Poate fi folosita si pentru intretinerea parului, drept crema de ras, lotiune antiseptica pentru rani si taieturi, pentru cosuri siacnee, pentru arsuri, muscaturi de insecte, impiedica formarea ridurilor.

Aceasta terapie vindeca boala prin eliminarea toxinelor in afara corpului pe cale bucala, nazala, anala sau prin piele. De aceea,

pacientul poate avea voma, tuse, raceala, diaree sau eruptie pe piele. Nu trebuie sa se ingrijoreze de aceste reactii care il ajuta in

vindecarea bolii. Ele dispar automat in 2-3 zile. In toate cazurile este necesara supravegherea de catre un specialist.

Ar fi bine ca oamenii sa incerce aceasta terapie, cel putin pentru acele suferinte pentru care nu exista inca o vindecare si sa afle

singuri rezultatele minune.

Acest remediu exista de cand e lumea si este consemnat chiar si in Biblie - Vechiul Testament: „Bea apa din fantana ta si din

izvoarele putului tau“.

Valeriu Popa il recomanda alaturi de terapiile naturiste, spunand ca „o cana cu urina in fiecare dimineata ne mentine sanatosi.“

Cele ce le-am scris sunt cu titlu informativ, am dorit sa reamintesc terapia despre care Valeriu Popa sustinea ca este un sistem de

vindecare complet, necostisitor si nemedicamentos.

Pentru documentare in acest domeniu, va recomandam trei carti aparute in Romania:

- „Urina, tratament pentru viata“ - Daniel Menrath

- „Shivambu Kalpa - Notiuni introductive despre autoterapia cu urina“ - dr. Camelia Rosu

- „Tratamente naturale cu argila, urina si hrana vie“ - Elena Nita Ibrian